خالید ئێرتوغروڵ

هاوسەرێتی

هەنگاو بە هەنگاو

هاوسەرێتی

هەنگاو بە هەنگاو

نووسەر
خالید ئێرتوغروڵ

بسم الله الرحمن الرحيم

ناوی کتێب: هاوسەرێتی.. هەنگاو بە هەنگاو
نووسەر: خالید ئێرتوغروڵ
وەرگێڕ: دۆستی عوسمان
پێداچوونەوە: بەفراو جەمال
نۆبەی چاپ: یەکەم - هاوینی ٢٠١٥
نرخ: (٦٠٠٠) دینار

لەبەڕێوەبەرایەتی گشتیی کتێبخانە گشتییەکان ژمارە (١٧٨٤)ی ساڵی (٢٠١٤)ی پێ دراوە



پەرتووکە بڵاوکراوەکانمان لەلایەن خوێنەران و بەتایبەتیش چینی قوتابیانەوە گرنگیی زۆریان پێدراوە، هەر لەبەر ئەمە پێشنیاری زۆرمان بۆ هاتووە سەبارەت بە بابەتی پەرتووکە نوێیەکانمان، لەسەروو هەمووشیانەوە داواکرابوو کە پەرتووکێك دەربارەی (هاوسەرگیری) بنووسم.

ئێمەش ڕاپرسییەکمان لە نێوان قوتابیاندا ئەنجام دا سەبارەت بەو باسانەی جێگەی بایەخیانە تا لە دووتوێی پەرتووکێکی سەبارەت بە هاوسەرگیریدا بیخەینە بەر باس، لە ئەنجامدا (٣٨) بابەتمان هەڵبژارد تا بیانکەینە سەر بابەتی پەرتووکی (هاوسەرێتی.. هەنگاو بە هەنگاو).

بەگشتی بابەتە هەڵبژێردراوەکان پەیوەندییان بە تاك و خێزان و کۆمەڵەوە هەیە، بەو هیوایەی خوێنەر بە کۆمەڵێك زانیاریی وا ئاشنا بکەین، کە زامنی پێداویستییەکانی هاوسەرگیرین لەم ڕۆژگارەماندا.

لەم ساڵانەی ڕابردوودا چەندین پەرتووك سەبارەت بە هاوسەرگیری نووسراون، لەنێو ئەمانەشدا بوونی ئەو پەرتووکانەی کە هاوسەرگیریی بە دامەزراوەیەکی بنەڕەتیی کۆمەڵگە وەسف دەکەن بەرەوپێشچوونێکی دڵخۆشکەرەیە؛ چونکە چەند گرنگی بە خێزان بدرێت، هێندەش تاك و کۆمەڵ ئاسوودە و کامەران دەبن.

زۆرێك لەو قەیرانە کۆمەڵایەتییانەی دووچاری هەندێك وڵات بوون

بەهـۆی فەرامۆشـکردنی بایەخـی خێزانـەوە هاتووەتـە کایـەوە، بۆیـە دەبینیـن لـە ئێسـتادا هەوڵەکانیـان بـۆ باشـکردنی ڕەوشـی خێـزان بـە شـێوەیەکی بەرچـاو چـڕ کردووەتـەوە. لـە وڵاتانـی خۆشـماندا بەهـۆی زۆریـی قەیرانـە کۆمەڵایەتییەکانـەوە ئیـدی پێویسـتە زۆر بـە جددی ئـاوڕ لە خێـزان بدرێتەوە.

بەوپێیەی ئێمە پەروەرشـیاری ئەو قوتابیانەین کە هاوسـەرگیرییان لەپێشـە، بەرپرسـیارێتییەکی گەورەمـان لـە ئەسـتۆدایە. هـەر بۆیـە لەپێنـاو ئامادەکردنی ئەم کتێبەدا، سـەدان پەرتووك و نووسراوم خوێندووەتەوە و هەڵمسـەنگاندوون، دیارترینیشـیان پەرتووکەکەی دۆسـتی خۆشەویسـتم (جەمیل تۆکپنـار) بوو بە ناونیشـانی (خۆشەویستیی تاسەر).

لـە پەرتووکی (هاوسـەرێتی.. هەنگاو بە هەنگاو)دا شـێواز و ڕێچکەیەکی جیـاواز گیراوەتـە بـەر و، لەپـاڵ خسـتنەڕووی زانیارییەکانـدا جەخت لەسـەر چۆنییەتـی پیادەکردنیشـیان کراوەتەوە، جگـە لەوەش گرنگییەکـی تایبەت بەو بابەتانـە دراوە کـە پەیوەندییـان بە پێویسـتییە گرنگەکانی مـرۆڤ و گیروگرفتی ڕۆژانـەوە هەیە.

لـە ڕوویەکـی دیکەشـەوە، ئـەم پەرتووکـە بـە ڕیزبەندییـەك داڕێـژراوە کـە هـەر لـە بابەتـی هەڵبژاردنـی هاوەڵی ژیانـەوە تا بابەتـی خۆشویسـتنی منداڵ و نەوەکانـی لەخۆگرتـووە، بەمجـۆرەش ئامـاژە بـە زۆرتریـن ڕووی ژیانـی خێزانـداری و چارەسـەری کردەیـی بـۆ کێشـەکان دەکات.

سوپاسـی هەمـوو ئـەو قوتابیانـەم دەکـەم کـە وەك بـاوك و پەروەرشـیار و تاکێکـی کۆمەڵگـە ماندووبـوون لـە ئامادەکردنـی ئـەم پەرتووکـەدا.

هیوادارم هەمووان سوودمەند بن...

خالید ئێرتوغروڵ

1

هەنگاوی یەکەم

دەتانەوێت ئەو ژیانی هاوسەرگیرییە هەڵبسەنگێنن کە پێکتان هێناوە، یاخود بە نیازی پێکهێنانین؟

دەتانەوێت ژیانی خێزانداریتان یاخود ئەو ژیانەی کە بیر لە پێکهێنانی دەکەنەوە بە شێوەیەکی گشتی هەڵبسەنگێنن و چاوێکی پێدا بخشێننەوە؟ گەر ئاسوودەیی ژیانی هاوسەرگیریتان لا مەبەستە، ئەوا ڕاشکاوانە وەڵامی ئەم پرسیارانەی خوارەوە بدەنەوە.

١. ئایا دەزانن بۆچی بەدیهێنراون و، بۆچی دەژین؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٢. بە پێی پێویست یەکتری دەناسن؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٣. بەرنامەیەکتان هەیە بۆ پەروەردەکردنی خۆتان؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٤. بە گرنگییەوە لەو ڕەخنە و سەرنج و تێبینیانە دەڕوانن کە تایبەتن بە ئێوە؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٥. هەوڵێکی (تایبەت)تان داوە بۆ بەجێهێنانی ئەرکە (مرۆڤایەتی) یەکانتان لە کۆمەڵگەدا؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٦. بەها مەعنەوی و ئایینییەکانتان لە ئاستێکی شیاودا دەبیننەوە؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٧. کۆنترۆڵی هەڵسوکەوتەکانتان دەکەن؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٨. لە جیهانی ئەزموون و دونیادیدەییتاندا گرنگی بە ڕێز و خۆشەویستی دەدەن؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٩. هیچ توێژینەوە و لێکۆڵینەوەیەك ئەنجام دەدەن بۆئەوەی تاکێکی زیاتر سوودبەخش بن بۆ خۆتان و خێزانەکەتان؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

١٠. دەزانن لە سەروبەندی خۆئامادەکردنتاندا بۆ هاوسەرگیری ئەرکی سەرشانتان چییە؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

١١. شارەزای پێوەرەکانی هەڵبژاردنی هاوسەری ژیانن؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

١٢. تەکنیکەکانی ناسینی هاوسەر دەزانن؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

١٣. ژیانی خێزانداریتان بە جددیترین لایەنی ژیانتان دەزانن؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

١٤. بۆ پێکهێنانی ژیانی خێزانداریتان تامەزرۆن؟ یا جۆش و خرۆشێکی تایبەت دایگرتوون؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

١٥. هەوڵی باشتان لە بوارە زانستی و ئایینی و ئەخلاقییەکاندا خستووەتە گەڕ بۆ بەڕێوەبردنی ژیانی هاوسەرداریتان بە باشترین شێوە؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

١٦. لە هەڵبژاردنی هاوبەشی ژیانتاندا هەڵسەنگاندنێکی ژیرانە و عاقڵانە و دوور لە هەڵچوونتان کردووە؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

١٧. لە هەڵبژاردنی هاوسەری ژیانتاندا جوانییەکانی ناخیتان لە سەروو

ڕووخساریيەوە داناوە؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

١٨. بەرپرسیارییەتییەکانی ماوەی دەستگیرانداری دەزانن؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

١٩. لە ڕۆژەکانی سەرەتای ژیانی هاوسەریتاندا (پەیمانی هاوسەرداریی وەفادارانە)تان لەگەڵ یەك بەستووە؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٢٠. پاش تێپەڕبوونی چەند ساڵێك بەسەر هاوسەرگیریتاندا کاتێك ڕووبەڕووی کێشەی (ڕانەهاتن) یا (نەگونجان) دەبنەوە دەزانن چ کارێك بکەن؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٢١. دەزانن لە هاوسەرگیریدا چ سوود و خۆشبەختییەك چاوەڕێتانە؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٢٢. زانست و لێهاتوویی پێویستتان بۆ بەڕێوەبردنی خێزان هەیە؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٢٣. ڕووە زانستی و ئایینی و ئەخلاقییەکانی پەروەردەکردنی منداڵ دەزانن؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٢٤. بە ڕادەی پێویست خۆتان ئامادەکردووە بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی کێشە خێزانی و ئابووری و دەروونییەکان و هاوشێوەکانیان؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٢٥. بەدواداچوونتان بۆ پێوەرەکانی هەڵبژاردنی خانوو و دراوسێ کردووە؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٢٦. دەزانن چۆن پەیوەندی لەگەڵ خزموکەس و ڕیشسپییەکانی بنەماڵەدا ببەستن؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٢٧. لەسەر شێوازی بەڕێوەچوونی کارەکانی ناوماڵ و هاوکاریکردنی یەکتری ڕێککەوتوون؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٢٨. ئامادەکارییەکی تۆکمەتان کردووە بۆ زاڵبوون بەسەر دەمەبۆڵە و لێکتێنەگەیشتنەکاندا؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٢٩. پاش پێشهات یا ڕووداوێکی ناخۆش و نەخوازراو تەکنیکی بەدەستهێنانەوەی دڵ و هێورکردنەوەی کەشەکان دەزانن؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٣٠. خاڵە سەرەکییەکانی متمانەبوون و سازکردنی کەشێکی ئاسوودەتان لە نێو خێزانەکەتاندا لەبەرچاوگرتووە؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٣١. ڕێگەچارەکانی ڕزگاربوون لە وەسوەسە و غیرە و دڵپیسیی و فشارەکانی نێو خێزان دەزانن؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٣٢. هەوڵتان داوە خۆتان لە زوو توورەبوون و دڵڕەنجاندن و کاردانەوەی خێرا ڕزگار بکەن و بەدوای چارەسەرکردنیدا بگەڕێن؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٣٣. دەزانن ئەرکی سەرشانتان چییە بۆئەوەی خێزانەکەتان نوقمی خۆشەویستی و لێبووردەیی بکەن؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

گەر وەڵامەکانتان بۆ ئەم پرسیارانە ئێوەی دڵنیا کردبێتەوە و لە ئاستی پێویست دا بووبێت، ئەوا پێویستتان بە خوێندنەوەی ئەم کتێبە نییە، بەڵام ئەگەر بەپێچەوانەوە بێت، ئەوا بەدڵنیاییەوە پێویستە بیخوێننەوە.

بۆ ئەوەی بە کەمترین گیروگرفت درێژە بەو ژیانە بدەن کە پێکتانهێناوە یاخود پێکیدەهێنن ئەم پەرتووکە بەباشی بخوێننەوە؛ چونکە ڕێگەچارە و پراکتیکی زۆر گرنگتان پێشکەش دەکات.

بە هیوای خێزانێکی ئاسوودە و بەختەوەر...

2

هەنگاوی دووەم

هاوسەرگیری پێویستییەکی لەبن نەهاتووە

"ئەوەی کە پێویستییەکانی مرۆڤ لە هەموو شتێك زیاتر دابین دەکات، دۆزینەوەی دڵێکە کە خەمخۆر و هاوڕازی بێت".

بەدیعوززەمان سەعیدی نوورسی

ناسـیاوێکم کـە ژیانـی خێزانیـی بـە بارێکـی گـران دەبینـی و، وای دەزانـی کـە ژیانـی سەربەسـتی و تەنیایـی خۆشـحاڵیی لـە دوایـە، وازی لـە هاوسـەرەکەی هێنـا و منداڵەکانـی لـە جێیـەك دانـا و، بەمجـۆرە خـۆی خزانـدەوە نـاو کۆمەڵگـە، بـەو خەیاڵـەوە کـە ئیـدی کەس سـەری نایەشـێنێت و، لـەوەو دوا چێـژی ژیـان دەکات.

بـەڵام ئەم خەیاڵانـەی هەر زوو بەباداچـوون؛ چونکە هەم لـە گەرموگوڕیی لانـەی خێزانیـی خـۆی بـێ بـەش کـرد و، هـەم لـە کۆمەڵگەشـدا دووچـاری ساردوسـڕی زیاتـر بوو!

بۆیـە هـەر زوو دەرکـی بە ئەفسـوونی دۆسـتایەتی مرۆڤەکان کـرد؛ چونکە لەگـەڵ نەمانی پارەکانیدا بەها و ڕێزیشـی لای کەسـانی بەنـاو هاوڕێیدا نەما. هەروەها تێگەیشت کە تانەوتەشەری خەڵکی زۆر لە بۆڵەی خێزانەکەی

بەئازارترە، بۆیە پاش ئەوەی پەنجەی پەشیمانیی گەست، بۆی دەرکەوت تەنانەت دەنگی گریانی منداڵەکانی -کە خەوی لێ دەزڕاند- زۆر لە هاوار و نەڕەی ناو ئەو باڕ و یانانە لا خۆشترە کە تێیاندا شەو بە ڕۆژ دەگەیەنێت.

هەرچی بێت ئەندامانی خێزانەکەی لە هەژاری و نەبوونی ئەم دەگەیشتن، بەڵام مرۆڤە نەناسیاو و چاوبرسییەکان لەم ڕووەوە زۆر بێ بەزەیین.

بەمشێوەیە ئەو ڕێگەیەی بۆ ئاسوودەیی و سەربەستی گرتییە بەر بەرەو هەڵدێری برد، بەڵام لە دوا ساتدا بڕیاری دا بگەڕێتەوە لای خێزانەکەی.

پاش ئەوە بەم شێوەیە باسی لە ئەزموونە تاڵەکەی دەکرد بۆ دەوروبەرەکەی:

"خراپترین کەشی نێو خێزان لە باشترین تەنیایی گەلێك چاکترە".

ئەمەش بەسەرهاتێکی تابلێیت پەندئامێزە بۆ ئەوەی تێبگەین کە هاوسەرگیری و خێزان چەندێك گرنگن.

مرۆڤ، تەنها لە ناو خێزاندا و لەگەڵ هاوسەر و منداڵەکانیدا بە ئاسوودەیی ڕاستەقینە شاد دەبێت.

تورکان شۆرای

خوای گەورە مرۆڤەکانی بە جۆرێك بەدیهێناوە کە پێویستیان بەیەکتری بێت و یەکدیش تەواو بکەن.

مرۆڤەکان خاوەنی تایبەتمەندییەکانی (پێکەوە ژیان و، پێکەوە دابین کردنی پێداویستییەکان و، تێکۆشان بۆ گەیشتن بە ئامانجەکان و، ژیانی ئارام و ئاسوودە لەگەڵ یەکدیدا)ن. ئەم بەهرانەش بە پێکەوەنانی خێزان دێنە بەرهەم، نەك بە ژیانی گۆشەگیری و تەنیایی، واتە دەستخستنی ئاسوودەیی پەیوەستە بەم ژیانەوە.

لە هاوسەرداریدا دوو ڕەگەز یەکتری تەواودەکەن، واتە دوو جەستە، دوو دڵ، دوو ڕۆح و دوو کەسایەتی یەکدەگرن و وەك یەك جەستەیان لێدێت. بەمجۆرە دوو کەسی جیاواز بە هەستی (ئێمە)وە دەجوڵێنەوە و، دوو دونیای جیاواز یەك دەگرن؛ چونکە گرنگترین بنەمای دابینکردنی پێداویستییە مەعنەوییەکانی مرۆڤ، دۆزینەوەی دڵێکی هاوشان و هاوڕازە.

هاوسەرگیریی بونیادێکی زۆر پتەو و، لانەیەکی زۆر مەزنە، چونکە جگە لە یادگارییەکانی ڕۆژانی ڕابردوو، ئاسوودەیی داهاتووشی لە ئامێزگرتووە.

ڕۆژ بـە ڕۆژ سـوودەکانی هاوسـەرگیری بـۆ تـاك و کۆمـەڵ و تەنانـەت دەوڵەتانیـش زیاتـر ڕوون دەبنـەوە. لـەو کۆمەڵگـە ڕۆژئاواییانـەدا کـە بناغەی خێـزان داتەپیـوە و بەهایەکـی نەمـاوە؛ گـرژی و ئاڵوزییـەکان لەئاسـتێکی پێوانەییـدان، لـە دیاردەکانـی: پچڕانـی پەیوەندییـەکان و، دوورکەوتنـەوەی خەڵکـی لـە یەکـدی و، نەمانـی خزمایەتـی.

بەڕاسـتی بیـری بەتەنهـا ژیـان زۆر زیانـی بـە یەکپارچەیـی کۆمەڵگـە گەیانـدووە. ئـەو کەسـانەش کـە دوور لـە خێـزان و لـە تەنیاییـدا بـەدوای ئاسـوودەیدا وێڵـن دووچـاری چەندیـن گرفتـی دەروونـی بوونەتـەوە، ئەمـە هـەم کەسـەکە خـۆی و هـەم کۆمەڵگـەش ڕووبـەڕووی چەندیـن قەیـران و گرفـت دەکاتـەوە.

گەر لە هەر کۆمەڵگەیەکدا ڕێژەی ئەو خێزانانەی لەسەر بنەمای ڕەوشتبەرزی پێکهاتوون زیاد بکات، ئەوا کۆمەڵگەکەش پتەو و بەهێز دەبێت، بەڵام ئەگەر پەیوەندییە خێزانییەکان لاواز بن ئەوا دارمانی ئەو کۆمەڵگەیە گومانی تێدا نابێت. شایەنی باسە گەر ڕەوشت بەرزی نەمێنێت ئەوا خووە تێکدەرەکانی وەك؛ بەکارهێنانی مادده هۆشبەرەکان و زینا و بەدڕەفتاری جێی دەگرنەوە، ئەمەش ئەو بەڵایەیە کە هەموو دونیای تۆقاندووە.

لەم سـەردەمەدا باشـتر لـەوە دەگەین کە بۆچـی پەروەردگار لە سـەرجەمی ئـەو پەیامانەیـدا کە بـۆ مرۆڤایەتـی ڕەوانەکـردوون هانی مرۆڤـەکان دەدات بۆ هاوسـەرگیری و، وەك (لانەیەکی پیرۆز) باسـی لێـوە دەکرێت.

زۆر دەوڵـەت لـە ئێسـتادا بـۆ ئاشـتی و ئارامیـی ناوخۆییـان هانـی هاوڵاتیانیـان دەدەن تـا هاوسـەرگیری بکـەن و، هاوکاریی ئەو کەسـانە دەکەن کـە بە نیـازن هاوسـەرگیری بکـەن، چونکە خێزان تـۆو و بناغـەی کۆمەڵگەیە و، بـە دارمانـی خێـزان کۆمەڵگـەش لەنـاو دەچێـت.

گرنگتریـن ڕێگـەش بـۆ بەرگریکردن لەم کارەسـاتە: پابەند بوونـە بە پەیامە خودایەکانـەوە سـەبارەت بـە هاوسـەرگیری، چونکە ئـەم پەیامانـە گرنگی بە ئاسـوودەیی و داهاتووی تـاك و کۆمەڵ دەدەن.

لـە کۆتایـی ئـەم هەنـگاوەدا دەڵێـم: خراپتریـن خێزان هـەر لە بـێ خێزانی باشـترە و، پارێزەرێکـی بێوێنەی کۆمەڵگەشـە.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

"خۆشترین ڕۆژەکانی تەمەنم لەگەڵ هاوسەرەکەمدا بەڕێکرد، چونکە هەستم بە خۆشەویستی و نزیکییەکی ڕاستەقینە دەکرد. لە ژیانمدا هەموو شتێکم بەدەست هێنا، بەڵام نەمتوانی ببمە دایك، بەڕاستی دایکایەتی سامانێکی ناوازەیە لەم دونیایەدا".

سافییە ئایلا

"من خۆشبەختیم لە خێزاندا دۆزییەوە، چونکە هەم هاوسەرم و هەم دایك، مەگەر چ ناوبانگێك جێی ئەم خۆشبەختییە دەگرێتەوە؟".

ئایشێگوڵ ئاتیك

"ناوبانگ کامەرانی بۆ من دەستەبەر نەکرد، بەڵام کاتێك هاوسەرگیریم کرد و خانمەکەمماڵێکی بۆ پێکهێنام، توانیم خۆشبەخت ببم".

موحتەرەم نوور

3

هەنگاوی سێیەم

سوودەکانی هاوسەرگیریی بۆ تاك و کۆمەڵ

جوانیی هەر ماڵێك، هەماهەنگییە.
چێژی هەر ماڵێك، لە وابەستەییدایە.
خۆشیی هەر ماڵێك، خۆشەویستییە.
سامانی هەر ماڵێك، منداڵەکانە.
ئاسوودەیی هەر ماڵێك، ئەو دڵانەن کە ئاسوودەییان چنگ کەوتووە.

-هێنری تایلەر-

منداڵـی ناسـیاوێکمان بەهۆی ناسـاغیی گورچیلەکانییەوە لە نەخۆشـخانە خەوێندرابـوو، منیش چوومە سـەردانی.

دایـك و بـاوك و خوشـك و براکانـی و خزمانیـان بـە چـاوی بەزەیـی و پـڕ فرمێسـکەوە دەوریـان دابـوو، چونکـە منداڵەکـە گورچیلەکانـی بەتەواوی سسـت بوویـوون و، جگـە لـە چاندنـی گورچیلـە هیـچ چارەیەکـی دیکـەی لەپێـش نەبوو.

خێزان و خزمانی ئەم منداڵە دەوری پزیشکەکەیان گرتبوو و تکایان لێ دەکرد بۆ ئەوەی گورچیلەی پێ ببەخشن.. منیش کاتێك ئەم دیمەنە ناوازە و فیداکارانەیەم لە دوورەوە بینی، خۆم بۆ ڕانەگیرا و فرمێسك لە چاوانم هاتن و ئەوێم جێهێشت.

ئەی خودایە! تۆ چ سـوز و خۆشەویسـتییەکی بـێ وێنەت لەم(لانەی خێـزان)ەدا خولقاندووە، کـە تاکەکانی ئـاوا لە پێناو یەکتریـدا گیانی خۆشـیان بە هیچ دەزانن!

جگـە لـەم لانەیە چ شـتێکی دیکـە دەیتوانی ئەم هەسـت و تێگەیشـتنەمان لا گەڵاڵـە بـکات؟ بـە کام پـارە دەمانتوانـی بیکڕیـن؟ بەڕاسـتی (خێـزان) گەورەتریـن نیعمەتـی خودایـە کـە بـە مرۆڤەکانـی بەخشـیبێت، ئـەو کەسەشـی لـە جێیەکـی دیکـە بـەدوای ئارامـی و ئاسـوودەیی فەراهەمبـووی نێـو خێزانـدا دەگەڕێـت تابلێیـت (سـەرگەردان)ە.

بـۆ تێگەیشـتن لە سـوودەکانی خێزان بـۆ تـاك و کۆمەڵیش، تەنهـا ئەوەندە بەسـە کـە لە منداڵەکانـی خانەی بێ سەرپەرشـتان و خانمانی خانـەی پەنادان (شێڵتەر) وردبیتەوە.

خێـزان، بـە درێژایـی مێـژوو پەناگەیەکـی دڵنیایـی ئەندامانـی کۆمەڵگـە بـووە و، لەلایـەن هەمـوو ئـەو ئایینانـەوە کـە مـرۆڤ پێیـان ئاشـنا بـووە و لەلایـەن گشـت بیـرە فەلسەفەیەکانیشـەوە بـە پیرۆز هەژمـار کـراوە، گرنگـی و پیرۆزیشـی لـە دەسـتەبەرکردنی ڕێکوپێکـی و ئاسـوودەیی و بەردەوامـی کۆمەڵگـەوە سـەرچاوەی گرتـووە.

> "گەنجێتیم بە پارە و ناوبانگ و کەشخەییەوە بەسەر برد، کەچی دڵخۆش نەبووم، بەڵام ئێستا دین و باوەڕم هەڵگرتووە و هەوڵ دەدەم ڕەزامەندیی خودا بەدەست بهێنم، بەڕاستی زۆر لە دوور بە دوای خۆشبەختیدا دەگەڕام، خۆشبەختی لێرە بوو من ونم کردبوو".
>
> جانان جەیلان

خێـزان، پایـەی کۆمەڵگـە و ژیانـی کۆمەڵایەتییـە، چونکـە هەمـوو منداڵێـك سـەرەتا لـە نـاو خێزانـدا فێـری شـێوازی دروسـتی بیرکرنەوە و هەڵسوکەوت دەبێت.

خێـزان ئـەو پێکهاتەیەیـە کـە پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکانـی هێنـدە بـە جوانـی تێـدا بەرجەسـتە دەبێـت، کە لـە هیـچ یەکەیەکی کۆمەڵایەتیـی دیکـەدا دەسـت ناکەوێـت.

ژیـان لـە سـایەی خێزانـدا فشـاری

سـەر تاکەکـەس و کۆمەڵگـەش کەمدەکاتـەوە و، سـۆز و میهرەبانـی زیـاد دەکات و، مرۆڤـەکان لەسـەر ئارامگرتـن ڕادەهێنێـت و، هەسـتی یارمەتیـدان و بەرپرسـیاریەتییان زۆرتـر دەکات.

بەگشـتی مرۆڤـەکان یاسـا بنچینەییـەکان و هەڵسـوکەوتە نموونەییـەکان و پـەروەردە سـەرەتاییەکان لـە خێزانەکەیانـەوە فێردەبـن و، بـە خۆشەویسـتی و ڕێـز ئاشـنا دەبـن و، لە هەمووشـی گرنگـتر ئەوەیـە لـە سـایەیدا بیروباوەڕیان پتەوتـر دەبێـت و، گەرموگوڕانەتـر ئەرکەکانـی بەندایەتییـان بەجـێ دەهێنـن، هەر خێزانیشـە مـرۆڤ لە هەڵەشـەیی و تاوانکاریـی دەپارێزێت، بـە واتایەکی دیکـە خێـزان میکانیزمـی کۆنترۆڵکردنـی مـرۆڤ و کۆمەڵگەیە.

خێـزان تـۆوی ژیـان و ڕەوشـت و کەسـایەتییە، تەنانـەت گۆشـەیەکە لـە گۆشـەکانی بەهەشـتی ئـەم دونیایـە.

دەکرێت سوودەکانی خێزان بۆ تاك و کۆمەڵگەش لەم خاڵانەدا کۆبکەینەوە:

١. بەهێزترین هێزێك کە مرۆڤ و کۆمەڵگە کۆنترۆڵ بکات، خێزانە.

٢. تاکەکان لە خێزاندا چاك دەبن و، لایەنە خراپەکانیان کەم دەکەنەوە و بە سیفەتە جوانەکان خۆیان دەڕازێننەوە.

٣. بیر و هەستی یارمەتیدان و خۆڕاگری لە (خێزان)دا پەرەدەسەنێت.

٤. هەستەکانی وەك خۆشەویستی و ڕێز و میهرەبانی کە ڕەگ و بناغەی کۆمەڵگەن لە خێزاندا چرۆ دەکەن.

٥. یەکـەم قوتابخانەیـەك کـە فێـری جیاکردنـەوەی حـەرام لە حـەڵاڵ و، چاك لە خراپمانـدا دەکات، خێزانـە.



> **«ژیانی هاوسەرداری واتە مەزنترن فێرگە، چونکە مرۆڤ تێیدا لە هەموو خراپەکانی دادەماڵرێت و، کۆتایی بە هەموو خووە زیانبەخشەکانی دەهێندرێت».**
>
> مەدام ڕۆلاند

٦. بەردەوامیی ناو و ناوبانگ و وەچە و، هاریکاری دارایی لە ڕێی خێزانەوە دەستەبەر دەبێت.

٧. خێزان ژیانی تاکەکان دەخاتە سەر ڕەوڕەوەیەکی ڕێکوپێك و، بە کارەکانیانەوە پابەندیان دەکات، کە لەمەشەوە ژین و بیرێکی تەندروستیان بۆ دەسازێنێت.

٨. خێزان مەنزڵگەی چەشتنی چێژی لەبن نەهاتووی دایکایەتی و باوکایەتییە.

٩. ژینی نێو خێزان هەستی بەرپرسیارییەتیی مرۆڤ زیاد دەکات و، لێبوردەیی لە هزریدا دەچێنێت.

١٠. باشترین جێیەك کە مرۆڤ بە بەها ئایینیەکان بناسێنێت خێزانە، کەوابوو خێزان تەنها لانەیەك نییە بۆ حەوانەوە لەم دونیایەدا، بەڵکو لانەیەکە بۆ دواڕۆژیش، کاتێك بەم تێگەیشتنەوە لە خێزان دەڕوانین تێدەگەین کە چەندە دامەزراوەیەکی پیرۆز و بەواتا و بەنرخە.

١١. خێزان ناوەندێکی چارەکاری دەروونە، بۆیە کێشە ڕۆحییەکانی تاك لە نێویدا زۆر کەم دەبێتەوە. دیاردەی دزێوی خۆکوشتن و خەمۆکی و نەخۆشییە دەروونییەکانی کەسانی خێزاندار بە بەراورد لەگەڵ کەسانی بێ هاوسەر و سەڵتدا زۆر کەمترە، چونکە هاوسەرگیری لەلایەکەوە پەیوەندیی کۆمەڵایەتی و بەرپرسیاریەتی بۆ مرۆڤ دەهێنێت و، لەلایەکی دیکەشەوە ڕێز و پارێزراوییەکی کۆمەڵایەتی بۆ دەستەبەر دەکات.

١٢. خێزان لانەیەکە کە خووە خراپەکان بۆ نزمترین ئاستی کەم دەکاتەوە، چونکە دەستبڵاویی لە پارە خەرجکردن و، قومار و، خوارنەوەی مەی و، کێشە دەروونییەکانی وەك هەستکردن بە پووچی و، بێ ئامانجی و، حەزی ئاژاوەنانەوە و، زوو هەڵچوون لە نێو کەسانی سەڵتدا زۆر زیاترە بە بەراورد لەگەڵ کەسانی خێزانداردا.

١٣. خێزان لە کاتی نەخۆشی و پیری و کێشە هاوشێوەکاندا باشترین چارە و پەناگەیە. دەبێت چ شتێك لە بەهاناوەچوونی ڕۆڵە و نەوەکان لە کاتی پێویستیدا دڵی مرۆڤ زیاتر خۆشحاڵ بکات!

پزیشکێکی بەناوبانگ کە بەشێکی زۆری تەمەنی بە تەنهایی بەڕێ کردووە و، لە کۆتاییەکانی تەمەنیدا خێزانی پێکهێناوە، وتەیەکی زۆر سەرنجڕاکێشی هەیە کە دەڵێت:

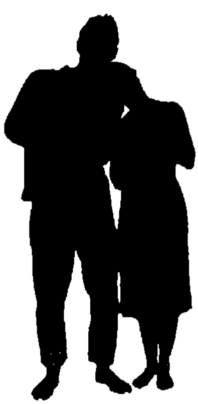
"تەنیایی و سەڵتی و سەربەستیم بە ئارامی دەزانی، بەڵام لە ڕاستیدا تەنیایی گەورەترین سزابوو؛ چونکە هەرگیز هەستی خۆشەویستی و سۆز و میهرەبانی و بەزەییم لە سایەیدا نەچەشتووە، ڕۆژە جوانەکانی ژیانم بە یەك شێواز و بێ هیچ گۆڕانێك و ساردوسڕانە بەڕێکرد. بەڕاستی ژیان بە هاوبەشی و هاوخەمی و کۆبوونەوەوە ڕازاوە دەبێت، من هەرگیز ئەم ساتانە نەژیاوم.

بۆ ئەوەی تێبگەم کە باشترین باری زگوردێتی لە خراپترین باری خێزانداری خراپترە تەمەنێکم بەبادا دا و، دەرەنجامەکانی ئەم قەناعەتەشم زۆر بە سەختی بەسەردا شکایەوە".

"خۆشبەختی ئافرەت تەنها بە سەرکەوتوویی لە کارەکەیدا نییە، بەڵکو خۆشبەختییەتییەتی لە ماڵەکەیدا؛ چونکە هیچ خۆشبەختییەك بە ئاسوودەیی ماڵەوەی ناگات".

نیلوفەر

جوانییەکانی هاوسەرداریمان تەنها لە سنووری (هاوسەرداری)دا دەست دەکەوێت، بە هیچ نرخێکیش لە دەرەوەی سنووری خێزان خۆشەویستی و ڕێزی نێو خێزانمان دەست ناکەوێت.



"هاوکاریکردن و بەهێزکردنی خێزانەکان، واتە ئاسوودەیی کۆمەڵگە و بەهێزیی وڵات".

سەرکردەیەك

بیر بکەنەوە...

ئـەو منداڵـەی لـە باوەشـێکی گـەرم و سـۆزداردا پـەروەردە دەبێـت، ئـەم خۆشەویـستییەی لـە چ شـوێنێکی دیکـە دەسـت دەکەوێـت؟ چ هێزێـك دەتوانێـت جێـی فیـداکاری ئـەو دایکـەی ژیانـی بـۆ مـاڵ و منداڵەکانـی تەرخانکردووە بگرێتەوە؟ بە چ سـەروەت و سـامانێك دەتوانرێت ڕەنجکێشان و ماندووبوونـی باوکێکی کۆڵنەدەری ڕەنجکێش بـۆ خزمەتکردنی خێزانەکەی بکرِدرێـت؟

لـە کام خواردنگـەی بەناوبانـگ دەتوانیـت تاموچێـژی ئەو سـفرە و خوانە بەدەسـت بهێنیـت کە هەمـوو ئەندامانـی خێزان دەوریـان داوە؟

خێـزان لانەیەکـی گەرموگـوڕی ڕەوێنـەوەی ئێـش و ئـازارە و، فێرگەیەکی مەزنـی وانـەی خۆشەویـستی و میهرەبانییـە، بـەڵام بـۆ ئـەوەی بـەم مەزنییـە بمێنێتـەوە پێویسـتە ئەندامانی خێـزان بەتونـدی وابەسـتەی بیروباوەڕێك بن و ترسـی خـودا لـە دڵەکانیاندا چەسـپیبێت.



4

هەنگاوی چوارەم

بنەماکانی هەڵبژاردنی هاوسەر

«پێویستە پاش لێکۆڵینەوەیەکی زۆر ورد بڕیار لەسەر هەڵبژاردنی هاوسەر بدرێت. بڕیارە خێراکان بۆ هاوسەرگیریی جیابوونەوەی خێراشیان لەدوایە».

یاوز بەهادر ئۆغڵو



قوتابییەکی زۆر خۆشەویستم پەیوەندیی پێوەکردم.

ئەم قوتابیەم ساڵی پار خوێندنی تەواوکرد بوو، تازە بووبووە مامۆستا. هەر ماوەیەکیش لەمەوبەر هاوسەرگیریی کرد، منیشیان بۆ ئاهەنگەکەیان بانگهێشت کردبوو، بەڵام هەر لە ئاهەنگەکەوە دیاربوو کە هەندێ شت بە هەڵە دەڕوات بەڕێوە.

کاتێک بە تەلەفۆن قسەی لەگەڵ کردم، بەتەواوی هەستم بە لەرزینی دەنگی کرد، کە وتی:

- مامۆستا.. ئێمە جیادەبینەوە.

منیش زۆر سەرم سوڕما، وتم:

- چۆن شتی وا دەبێت؟ ئێوە خۆ هێشتا ساڵێك بەسەر هاوسەرگیرییەكەتاندا تێپەڕ نەبووە!

- بەداخـەوە بـە هەڵە لە هاوسـەرەكەم گەیشـتبووم، ئێمە بـە كەڵكی یەكدی نایەین.

منیـش ویسـتم ئەوپـەڕی هەوڵـی خـۆم بخەمەگـەڕ بـۆ ئاشـتبوونەوەیان، بۆیە قسـەم لەگەڵ هاوسـەرەكەیدا كرد، بـەڵام بەداخەوە تـازە كارلەكارترازابوو كارێكـم لەدەسـت نەهـات، چونكە وەك پێویسـت یەكتریان نەناسـیبوو و، بە پەلـە هاوسـەرگیرییان كردبوو، هەر بۆیـە بەوپەڕی داخـەوە بەزوویی كۆتاییان بە هاوسـەرێتییەكەیان هێنا.

قوتابییەكی دیكەشـم ڕووداوێكی هاوشـێوەی بەسـەردا هاتبـوو، ڕۆژێك لە قوتابخانـە هـات بـۆ لام و پێـی وتـم: «مامۆسـتا مـن دەمەوێت لەگـەڵ فلانە كچـدا هاوسـەرگیریی بكـەم، ئێوە ڕاتـان چۆنە؟»

منیـش لێم پرسـی: «ئاخـۆ باش بیـرت لێكردووەتـەوە و، كچەكە بەباشـی دەناسـێت و كەسـێتی و ڕەوشـتیت هەڵسـەنگاندووە یان نا..»

لە وەڵامدا وتی: «هەموو شتێكیم بەدڵە، بەژن و باڵا و گوفتار و ڕەفتاریشی زۆر باشە».



منیش یەكسـەر وتم: «ئاخـر تەنها ئەمانە بەس نیـن!»، بـەڵام هەسـتم كـرد لەسـەر بڕیارەكـەی زۆر سـوورە و نیـازی پاشـگەزبوونەوەی نییە.

سەرئەنجام هاوسەرگیرییان كرد...

بەداخـەوە هـەر زوو هەواڵـە ناخۆشـەكەمان بیسـت و، ئـەم هاوسـەرگیرییەش تەمەنێكـی كورتـی هەبـوو.

پـاش ماوەیـەك، كاتێـك لەبـارەی هـۆكاری جیابوونەوەیەكەیـان پرسـیارم لێكـرد، ئـەو وەڵامـەی كـە دایمـەوە كورتەیـەك بـوو لە هەمـوو ئـەو خاڵانەی پەیوەندییـان بـە هەڵبژاردنـی هاوسـەرەوە هەیـە، وتی:

«مامۆسـتا، بەڕاسـتی كاتێـك بـە گوێـی ئێـوەم نەكـرد هەڵەیەكـی گـەورەم كـرد، مـن وامدەزانـی هاوسـەرگیریی وەك خەیاڵێكی خۆش وایـە، بۆیە كاتێ

هاوسـەرەکەمم هەڵبـژارد تەنهـا لـە یـەك ڕووەوە لێـم ڕوانـی و، باڵابـەرزی و شۆخوشـەنگی ئـەوم پـێ بـەس بوو بـۆ هاوسـەرگیریی، بـەڵام خاڵـی زۆر لە جوانـی لەپێشـتر هـەن کە مـن نەمدەزانیـن و بەهەنـدم وەرنەگرتبـوون...

سـەرەتا کەسـێتیمان زۆر لەیـەك جیـاواز بـوو، ئـەو مـاڵ و ژینگەیـەش کە تێیـدا گـەورە بووبوویـن هیـچ نەدەگونجـا، هێنـدە تێڕوانینەکانمـان لـە یەکتر دووربـوو، کـە لەسـەر هیـچ ڕێـك نەدەکەوتین.

ئەوە خێزانەکانیشـمان زۆر لە یەك جیاواز بوون، من کەسـێکی وابەسـتەی دایـك و باوکم بووم، بـەڵام ئەو بەو شـێوەیە نەبوو.

بیروبۆچوونیشـمان لـە پـارە خەرجکـردن و پاشـەکەوت کردنـدا بەتەواوی لـە یـەك جیاوازبوو.

مـن دەمویسـت عیبـادەت و بەهـا ئاینییـەکان لـەماڵەکەمـدا بپارێزرێـت، بـەڵام ئـەو پێی وابـوو جارێ زووە و هێشـتا گەنجیـن و کە پیر بوویـن بیر لەم شـتانە ئەکەینەوە.

لـە هەمووشـی گرنگـتر، تەنانـەت پـاش هاوسەرگیریشـمان هـەر لەسـەر هاوڕێیەتـی کـوڕان بـەردەوام بوو، ئیدی منیش لـەوە زیاتر بەرگـەم نەگرت و، لـە کۆتاییـدا لە یـەك جیـا بووینەوە».

ئـەوەی ئـەم قوتابییـەم باسـیکرد زۆر گرنگ بـوو، چونکە نیشـانی دەدا کە هەڵبژاردنـی هاوسـەر سـەختترین و بەهادارتیـن کاری مرۆڤە لـەم ژیانەدا.

لە هەڵبژاردنی خێزاندا هەندێ خاڵ هەن کە فریودەرن.

کـوڕان و کچان سـەرەتای یەکترناسـین، کەموکوڕیی یەکـتر نابینن، بەڵکو بـەرەو جیهانـی خەیـاڵات دەفڕن و، بە هەمـوو توانای خۆیانـەوە هەوڵ دەدەن لەلایـان بەرامبەرەکانیانـەوە پەسـەندبن و، بـە لێهاتوویـی هەوڵی شـاردنەوەی کەموکوڕییەکانیـان دەدەن، جـا لەبەر ئـەوەی هەموو کاتیش پێکـەوە نین، ئەوا تەنهـا باشـی و جوانییەکانی یەکـتری دەبینن!

لـەم بـارەدا ئـەو دوو گەنجـەی بـە نیـازی هاوسـەرێتین بەتـەواوی بەپێـی هەسـتەکانیان دەجوڵێنـەوە و، لە جیهانی ڕۆمانسـییەتدا هەڵسـوکەوت دەکەن. ئیـدی بـەو پێیـەی کـە (خۆشەویسـتی چـاوی کوێـرە)، ئـەم دووانـە کاتـی بەیەکـەوە بوونیـان تەنهـا ڕووە جوانەکانـی خۆیـان نیشـان دەدەن و، هەمیشـە

تەقەلای ئەوەیانە کە سەرنجڕاکێش بنوێنن و، گرنگی زۆر بە جلوبەرگییان دەدەن.

لەڕاستیدا بەم هەڵسوکەوتانەیان هەرگیز کەسایەتیی ڕاستەقینەیان پیشانی بەرامبەر نادەن، بەڵام بێگومان ئەم تەمومژە دوای هاوسەرگیریی دەڕەوێتەوە و، ڕووە ڕاستەقینەکان دەردەکەون و، شەپۆلی نەهامەتییەکان زنجیرە دەبەستن.

ئەمەش لە کاتێکدا کە هاوسەرگیریی لەو قۆناغەدا زۆر پێویستی بە لێکتێگەیشتن و خۆشەویستی و پشتیوانی یەکدی هەیە، لەبەر ئەمە دەبێت لایەنی دەروونی بەر لە لایەنی جەستەیی لەبەرچاو بگیرێت، چونکە گرنگترین ڕاگری ژیانی هاوسەریی پێش ڕووخسار جوانییەکانی ناخە.

لەبەر ئەمە ئەو ژن و مێردانەی دەیانەوێت لە ژیانی هاوسەرداریدا بەختەوەر بن، پێویستە لەیەکتری تێبگەن و لە هەموو کارێکی ماددی و مەعنەویدا هاوکاری یەکبن.

خۆی لە خۆیدا ئامانج لە هاوسەرگیریی بەیەکگەیشتنی دوو کەسی پێگەیشتووە، تا بینە هاوەڵی یەکدی و، پێکەوە بارە گرانەکانی ژیان هەڵبگرن و، لە ئێش و ئازارەکانیاندا لە ناخەوە هاوبەشی یەکدی بن، چونکە ئەو پەیوەندییە ڕاستەقینەیەی کە خۆشبەختیی هاوسەرگیریی زیاد دەکات و هاوسەرەکان بە پتەوی پێکەوە دەبەستێتەوە هەر ئەمەیە، لەبەرئەوەی مرۆڤ هەمیشە پێویستی بە هاوەڵ و هاوبەشی ژیان هەیە. هاوسەرەکانیش دەتوانن لە پێویستییەکانی یەکدی تێبگەن و، هاوکار و یاریدەدەری یەکتر بن. بەو سۆز و خۆشەویستییەی لە نێوانیشیاندا هەیە هەموو بارگرانی و ناڕەحەتییەکانیان لەسەر سووك دەبێت.

پێویستە کاتی هەڵبژاردنی هاوسەر چی لەبەرچاو بگرین؟

گەر لە کەسە خێزاندارەکان بپرسین ئاخۆ کاتێ هاوسەرەکانیان هەڵبژارد سەرنجی چ شتێکیان دا، زۆرینەی وەڵامەکان وەك ئەوەیە بڵێن: «سەرنجی زۆر شتمان نەدا»!

بەتایبەتی لەم ساڵانەی دواییدا بەڕوونی هەستی پێ دەکرێت کە ئەو هۆشیارییەی لە هەڵبژاردنی هاوسەردا پێویستە هەبێت لەدەستمان



داوە، چونکـە زۆرینـەی هاوسـەرێتییەکانی ئـەم سـەردەمە زۆر نابـات تارمایـی جیابوونـەوە دەوریـان دەدات، بـۆ پاسـاودانەوەی ئەمـەش دەڵێـن:

«ئـەو کات بەتـەواوی عەقڵـم پێـی نەدەشـکا، بـە وردی بیـرم لـە بابەتەکـە نەکردبـووەوە، گـەر ئێسـتا بووایـە بەوجـۆرەم نەدەکـرد و، بڕیارێکـی هەڵـەم نـەدەدا.. دواتـر زانیـم چ هەڵەیەکـم کـردووە، چونکـە هیـچ لەیـەك تێنەدەگەیشـتین. بڵێـم چـی؟ فریـوی ڕوواڵەتیـم خـوارد، خەیـاڵ دایگرتبـووم، ئێسـتا دەزانـم کـە هاوسـەرگیریی و خەیاڵاتیـان نەوتـووە، ئاخ! ئەگـەر ئـەو ڕۆژانـەم بـۆ دەگەڕانـەوە، هەرگیـز ئـەو هەڵەیـەم نەدەکـرد».

ئیـتر ئـەو کەسـە پـاش شکسـتهێنانی یەکـەم هاوسـەرگیریی جارێکـی تر هاوسـەرگیریی دەکاتـەوە یـان نـا ئەوەیـان خـوا دەیزانێـت؛ بـەڵام پێویسـتە کارێکـی جددیـی وەك هاوسـەرگیریی، یاسـا و قۆناغـی زۆر جددیشـی هەبێـت.

دەمەوێـت هەر لە بارەی هەڵبژاردنی هاوسـەرەوە، ئەنجامـی توێژینەوەیەك بۆ ئێوەی خوێنـەر بخەمە ڕوو.

(١٠٠) خێزانمـان دیتـەوە کـە زیاتـر لە پانزە سـاڵە هاوسـەرگیرییان کردووە و، لـە ژیانـی هاوسـەرداریياندا کەمتریـن گیروگرفتیـان بـۆ هاتووەتـە پێـش و، دەربـارەی نهێنییەکانـی ئەم ئاسـودەییەیان پرسـیارمان لێ کردن، لێرەشـدا خاڵە هاوبەشـەکانی وەڵامەکانیـان بەمجـۆرە دەخەینە ڕوو:

١- هێندە کاتمان بەخۆمان دا تا باش یەکتریمان ناسی:

ئـەم بابەتـە گرنگتریـن ڕەهەنـدی بـەر لـە هاوسـەرگیریی پێکدەهێنێـت.. چونکـە لـەم کارەدا ئاشـقبوون لەگـەڵ یەکـەم دیـداردا و، زوو بڕیـاردان و هەڵەشـەیی، زۆر کات بـە ناخۆشـی کۆتاییـان پـێ دێـت.

پێویسـتە هاوسـەرەکان لـە ناسـینی یەکـتردا پەلـە نەکـەن، چونکـە کات

دادوەرێکـی بێوێنەیـە، ئـەوەی ئەمـڕۆ شـاراوەیە، سـبەینێ بانگـەوازی بـۆ دەکرێـت، لەبـەر ئەمـە دەبێـت دڵنیـا ببنـەوە لـەوەی لـە هەمـوو ڕوویەکـەوە بەباشـی یەکـتر دەناسـن.

٢- ڕەزامەندیی خێزانەکانمان وەرگرت:

هەنـدێ لـە هاوسـەرەکان خۆیان لـە هەڵەیەکی گـەورەوە دەگلێنـن کاتێك دەڵێن: «مـادەم ئێمـە یەکترمـان بـە دڵـە، ئیـتر خێزانەکانمـان گرنـگ نیـن»، بـە دڵنیاییـەوە پێویسـتە سـەرەتا یەکتریتـان بـەدڵ بێـت و یەکدیتـان قبـووڵ بێـت، بـەڵام بەشـداربوونی خێزانەکانتـان لـە گرنگتریـن بڕیـاری ژیانتاندا و، هەبوونـی کۆمەکـی مـاددی و مەعنەوی لەلایـان ئەوانـەوە وا دەکات لە ژیانی هاوسـەرێتیتاندا ئاسـوودەتر بـن. ئەگەر بیـروڕای دایـك و باوکتـان لەبەرچاو نەگـرت، ئـەو کات نائارامیـی باڵ بەسـەر ناختاندا دەکێشـێت، جگـە لەوەش لـە کاتـی ناهەمـواری و تەنگانـەدا کـەس شـك نابـەن بێـت بـە هاناتەوە.

٣- پـتر لـە جوانییـە ڕواڵەتییـەکان، گرنگیـمان بـە جوانییەکانی نـاخ و خوو و کەسـایەتی یەکـتری دا:

یەکێـك لـە ڕێـگا ڕاسـتەکانی هەڵبژاردنـی هاوسـەر ئەمەیـە، چونکـە زۆر خێـزان کـە لەسـەر بنەمـای ڕووخسـار و ڕواڵـەت بنیاتـنراوە زۆر زوو هەڵوەشـاونەتەوە.

ئاسـوودەیی خێـزان بـە جوانیـی ڕووخسـار دەسـتەبەر نابێـت، بەڵکـو بـە خوو و ڕەوشـتی جوان و گفت شـیرینی و هەسـت بەرزی دەسـت دەخرێت، کەواتـە ئەمـە بنەمایەکـە کـە هەرگیز نابێـت فەرامـۆش بکرێت.

٤- گرنگییەکی تەواومان بە بیروڕا و تێڕوانینەکانی یەکتری دا:

گرنگـی ئـەم خاڵـەش لەبـەر چـاوە، چونکـە لـە خێزانێکـدا کـە بیروباوەڕ و تێڕوانینـی دوور لەیـەك هەبێـت، ئـەوا بەدەگمـەن دەگونجێـت کـە خاڵێکی هاوبـەش لـە نێـوان ئـەو دوو هاوسـەرەدا هەبێت، بەڵکـو هەموو شـتێك دوو ڕووی دەبێـت، لـە خێزانێکـی لـەم جۆرەشـدا خۆشەیسـتی و ڕێـز جێیـان نابێتەوە.

بـە پێچەوانەشـەوە، گـەر لـە خێزانێکـدا پێکەوەگونجـان و نزیکیـی لـە شـێوەی بەهـا ئایینـی و مەعنەوییەکانـدا هەبێـت، ئـەوا زۆر گیروگرفـت بـە

ئاسانی چارە دەکرێن، چونکە گەر ژن و مێرد پێکەوە هەست بکەن خەوای گەورە بیسەر و بینایە بەسەریانەوە، ئەوا بە ئاسانی خۆیان بۆ کۆنترۆڵ دەکرێت.

٥- هەوڵمان دا لە تێڕوانینە سیاسی و ئابووریەکانماندا تاڕادەیەك کۆك بین:

هەروەك چۆن تێڕوانینی جیاواز لە بابەتە سیاسییەکاندا نائارامییەك لە خێزاندا دەسازێنێت و، بارگرژی لە نێوان هاوسەراندا دروست دەکات؛ سیاسەت لای هەندێ کەس بەر لە هەر شتێکە و، کەم تا زۆریش بەرەنگاریی هەر بیرێکی سیاسیی جیاواز لەخۆیان دەبنەوە، جا ئەگەر ئەم بەرەنگاربوونەوەیە لە خێزاندا ڕوویدات کەشێکی ناخۆشی لێ دەکەوێتەوە.

لە لایەکی دیکەوە ڕەزیلی یا دەستبڵاویش هۆکارێکی دیکەی دەمەقاڵەی نێوان ژن و مێردن، چونکە ڕەنگە گەر یەکێکیان پارەیەکی زۆر خەرج بکات ئەوی دیکەیان ڕۆحی بکەوێتە مستییەوە و، هەر هەوڵی ئەوەی بێت ڕێگریی لە -بە بڕوای خۆی- زیادەخەرجی و دەستبڵاویی بگرێت.

لەبەر ئەمە ساناترین ڕێگە بۆ دەربازبوون لەم گرفتانە ئەوەیە هەر لە سەرەتاوە هاوسەرێك هەڵبژێرن کە هاو بیروبۆچوونی سیاسی و ئابووریش بن لەگەڵیدا.

٦- وریای ئەوە بووین کە دابونەریت و کلتوورمان لەیەکەوە نزیك بێت، یاخود تەواوکەری یەکدی بێت.

لەو ژینگەیەی ئەندامانی خێزان تێیدا پەروەردە دەبن دابونەریت گرنگییەکی لەڕادەبەدەری هەیە.

بەڕاستی پێکەوەگونجانی دوو کەس لە کاتێکدا کە دابونەریتییان لە یەك جیاواز بێت زۆر کارێکی سەختە و، زاڵبوون بەسەر ئەم دژوارییەشدا هەوڵێکی زۆری پێویستە.

پێکەوەگونجانی دوو کەس کە هەریەکەیان بیروباوەڕێکی تایبەت و جیاواز لە بەرامبەرەکەی هەیە گرفتی زۆر بە دوای خۆیدا دەهێنێت.

پێویستە لە هاوسەرگیریدا هاوبیروڕایی و هاوکەلتووری پێوەرێکی هەڵبژاردن بن.. بەدڵنیاییەوە ئەمە واتای ئەوە نییە کە پێوەرەکانی دیکە بە

یەکجاری پشتگوێ بخەین.

٧- هەوڵمان داوە نزیکیی ئاستی زانستی و دونیادیدەییمان لە یەکەوە لەبەرچاو بگرین.

ئەمەش خاڵێکی زۆر گرنگە، چونکە پێویستە هاوسەرەکان لە ئاستی خوێندن و ڕۆشنبیریی و تێڕوانینیاندا بۆ ژیان خاڵی هاوبەشیان هەبێت.

هاوسەرگیریی لەگەڵ کەسێکدا کە ئاستی خوێندنی زۆر لاواز بێت و بیروڕایەکی تەواو جیاوازی هەبێت بێگومان دەردیسەری زۆر بەدوای خۆیدا دەهێنێت.

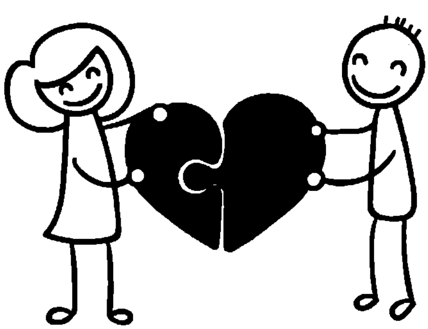
هەر لەم بارەیەوە هاوڕێیەکم هەردەم بە گاڵتەوە دەیوت:

«من دەرچووی کۆلێژم و خانمی ماڵەوەش تەنها سەرەتایی خوێندووە، بۆیە کاتێك بە دیار بەرنامەیەکی گفتوگۆی ڕۆشنبیرییەوە دادەنیشم، خێرا دەڵێت: (ئەرێ چی لەم چەلەحانەیە حاڵی دەبیت!) و هەردەم حەزی لە تەماشای دراما و فیلم و شتی وایە».

کەواتە جیاوازیی ئاستەکان خۆشی و ئاسوودەیی خێزان لەناو دەبات.

٨- مەرج نییە لە ڕووی ماڵ و داراییەوە هاوشانی یەکبین.

ماڵ و سامان پێش هاوسەرگیریی جاروبار دەبێتە جێی مشتومڕ لەلایەن خانم یاخود ئاغای دەوڵەمەند، بۆ نموونە ژن یا مێرد بەسەر ئەوی دیکەدا بە دەوڵەمەندیی خۆیەوە دەنازێت و، فەقیری داماویش وا هەست دەکات کڕدرابێت!



٩- دڵنیابوون لەوەی هەردووکتان هەم لە ڕووی تەمەنەوە هەم لەڕووی دەروونییشەوە ئامادەی هاوسەرگیرین.

گەر بێتو یەکێك لە هاوسەرەکان تەمەنی زۆر بچووك بێت و ئەوی دیکەیان گەورە بێت، یاخود گەر لەڕووی دەروونییەوە ئامادەی هاوسەرگیریی نەبێت، ئەوا لە داهاتوودا کێشەی زۆریان بۆ دێتە پێش.

هەر بۆیە پێویستە تەمەن و ئەزموونی ژیان و باری دەروونییش بەهەند وەربگیردرێت.

١٠- لە گونجاویی کەسایەتی یەکدیمان ڕوانی.

١١- وریای ئەوە بووین نەبا یەکێکمان ئالوودەی خوویەکی خراپی وەك جگەرەکێشان یاخود مەی خواردنەوە بووبێت.

١٢- ڕووی ڕاستەقینەی خۆمان لە یەکدی نەشاردوەتەوە و، لە ئاست بەرامبەرەکەماندا هەڵسوکەوتی سروشتی و ئاسایی خۆمان نواندووە.

١٣- بە ویستی خۆمان بڕیاری هاوسەرگیریمان داوە، نەك بە فرتوفێڵ و فشاری دەوروبەرمان.

١٤- بەر لە بڕیاری کۆتایی، لە پاش هەموو پرس و ڕایەك لە ناخی خۆمان پرسیوە: (ئاخۆ بەڕاستی ئارەزووی ئەم کارەمان هەیە یاخود نا؟)

بۆ دڵنیابوون لەوەی ئەو هاوسەرگیرییەی بەم هەنگاوانەدا تێپەڕبووبێت درێژخایەن و ئاسوودەکار دەبێت، پێویست بە لێکدانەوەی زۆر ناکات، هاوسەرەکان چەندێك زیاتر یەکدی بناسن لانەکەشیان هێندە سەلامەت و خۆڕاگر دەبێت.



ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

« نابێت خانمان خۆیان زۆر بە تێگەیشتوو بزانن، بەڵکو پێویستە گوێ بۆ بەرامبەر بگرن. پیاوانیش نابێت زۆر کەللەڕەق و پێداگر بن.
خانمان تەنها بە ئارامگرتن لە خێزانەکانیاندا خۆشحاڵ دەبن، بە خۆشویستنی منداڵەکانیشیان ئاسوودەییان دەست دەکەوێت.
ئایا هاوشێوەی ئاسوودەیی خێزان لە هیچ جێیەکی دیکە هەیە؟»

عادیلە نەشید

«گەر کوڕێك بەڕەوشت بێت ئەوا کەسێك بەڕەوشتە، بەڵام ئەگەر خانمێك بەڕەوشت بێت ئەوا خێزانێك بەڕەوشتە».

فانی هورسف

«هاوسەرگیریی لەگەڵ ئافرەتێکی باشدا وەك ئەوەیە لە کەشێکی گەردەلوولاویی ڕزگارت بووبێت و لە کەناراوێکی هێمن ئۆقرەت گرتبێت، بەڵام هاوسەرگیریی لەگەڵ ئافرەتێکی خراپدا وەك ئەوەیە لە کەشێکی ئارامەوە بکەویتە گێژاوێکەوە».

جۆن پێتیت جێنی

« ئافرەتیش وەك شنەبا و، تینی ڕەشەبا، وەك خودی خۆی قبووڵ بکەن».

ئەلفرێد دی موسی

«بەدوای نموونەییترین خوو و ڕەوشتدا مەگەڕێ لەو کەسەی دەتەوێت بیکەیتە هاوسەری ژیانت، بەڵکو وێڵی ئەو خوو و ڕەوشتانە بە کە لە تایبەتمەندییەکانی تۆوە نزیکترن، تۆ بۆخۆت باشترین نیت، بۆیە بۆ ئەوەی لە یەکتری تێبگەن کەسێك هەڵبژێرە کە تایبەتمەندییەکانی لە خۆتەوە نزیك بێت».

هولیا کۆچ یێغیت

5

هەنگاوی پێنجەم

لە هاوسەرگیرییدا فاکتەری تەمەن زۆر گرنگە

«لە هاوسەرگیریدا گەر کچەکە منداڵ بێت دەتوێتەوە و، گەر کوڕەکەش منداڵ بێت دەڕەنجێت».

محمود ئەڵڵاوەردی

هەرچەنـدە تەمەنێـك بـۆ پێکهێنانـی ژیانی هاوسـەرگیریی دیـاری نەکراوە -گەرچـی بـە پێـی یاسـا دەبێـت لەسـەروو (١٨) سـاڵییەوە بێـت-، بـەڵام بـۆ لە ئەسـتۆگرتنی بەرپرسـیارێتییەکی وەك هاوسـەرداریی پێویسـتە کەسـەکان لە تەمەنێکـی پێگەیشـتوودا بن.



گـەر لـە دەورویەرمـان بڕوانیـن، چەندیـن خێـزان دەبینیـن کـە پیاوەکە لە تەمەنـی باوکی ژنەکەیدایـە، یاخود ژن و مێـرد هەردووکیـان گەلێـك منداڵـن.

لـەم بابەتـەدا بـا بەسـەرهاتێکتان بۆ بـاس بکەم:

ناسـیاوێکم پۆسـتەچییە. جارێـك پێویسـت بووبـوو نامەیـەك بگەیەنێتـە

دەست کەسێك، کاتێك لە دەرگای دابوو کچێکی گەنج دەرگای لێ کردبووەوە، ئەویش وایزانیبوو کە کچی کابرایە بۆیە پێی وتبوو کە کاری بە باوکییەتی، هەر لەو کاتەدا کابرا هاتبووە دەرەوە و وتبووی: «کوڕی خۆم! ئاگاداری گوفتارت بە، ئەوە کچم نییە، خێزانمە»، ئەمیش کە زانیبووی بە هەڵەدا چووە خەجاڵەت بوو و داوای لێبوردنی کردبوو.

بەگشتی ئەم جیاوازیی تەمەنە لە نێوان چەندین ژن و مێرددا بەدیدەکرێت.

ئەمە و ڕووداوگەلێکی هاوشێوەی ئەمە ئەوە ڕووندەکەنەوە کە پرۆسەیەکی یەکجار گرنگی وەك هاوسەرگیریی پێویستە لە دوای تەمەنێکی دیاریکراوەوە پێکبهێندرێت.

پێویستە تەمەنی گونجاو بۆ هاوسەگیریی چەند بێت؟

ئەستەمە بتوانین وەڵامێکی تەواوی ئەم پرسیارە بدەینەوە، چونکە پێگەیشتنی مرۆڤەکان لە ڕووی جەستەیی و دەروونیشەوە لە ناوچەیەکەوە بۆ ناوچەیەکی دیکە دەگۆڕێت.

تەمەنی گونجاو بۆ هاوسەرگیریی کەسێك کە لە وڵاتێکی گەرمدا دەژی جیاوازە لە کەسێکی دیکە کە لە وڵاتێکی سارددا دەژی. زانایانیش لەم بارەوە هەڵسەنگاندنی جیاوازیان کردووە.

لەم بارەیەوە دەتوانین بەمجۆرە هەڵسەنگاندن بۆ وڵاتانی خۆمان بکەین:

بە پێی لێکۆڵینەوەکان ئەو گەنجانەی لە خوار تەمەنی (١٩)ساڵییەوە هاوسەرگیریان کردووە لە ڕووی جنسییەوە کێشەیان نەبووە، بەڵام لە ڕووی دەروونی و ڕۆحییەوە پەیوەندیان لاواز بووە. زانایەك دەڵێت: «هاوسەرگیریی کوڕان لە تەمەنی (٢٥) ساڵی و کچانیش چەند ساڵێك منداڵتر سروشتییە».

کۆئەندامی زاوزێی نێرینە لە تەمەنی (٢٤-٢٥)ساڵیدا کامڵ دەبێت و توانای منداڵبوونی دەبێت (دیارە ئەمە بەپێی هۆکارە بۆماوەییەکان و جیاوازیی ناوچەکان و باری تەندروستی و ئاستی ڕۆشنبیریی و چەند هۆکارێکی دیکە دەگۆڕێت)، بەڵام کۆئەندامی زاوزێی ئافرەتان لە تەمەنی (١٧-٢١) ساڵیدا بە تەواوی کامڵ دەبێت.

جگە لەمەش پسپۆڕانی بواری منداڵبوون ئاماژە بۆ ئەوە دەکەن گونجاوترین تەمەنی ئافرەت بۆ یەکەم منداڵبوون (١٩) ساڵییە، هەر بۆیە باشتر وایە کچان پێش تەمەنی (١٨) ساڵی شوو نەکەن، تەنانەت گەر پێش ئەو تەمەنە هاوسەرگیریشیان کرد، ئەوا گەر منداڵبوونیان دوابخەن باشتر دەبێت بۆیان.

دەتوانین گیروگرفتەکانی هاوسەرگیریی لە تەمەنێکی کەمدا بەمجۆرە بخەینە ڕوو:

١- ئەوانەی لە تەمەنێکی کەمدا هاوسەرگیریی دەکەن، شارەزاییان لە ژیانی خێزانداریی نییە، هەر بۆیە هەم تووشی زەحمەتێکی زۆر دەبنەوە لە هەڵگرتنی ئەو بەرپرسیاریەتییە و، هەم چێژیش لە ژیانی هاوسەرداریيان نابینن.

٢- هەر زوو گیروگرفتەکان سەرهەڵ دەدەن، ئەوانیش خێرا پەنا دەبەنە بەر دایك و باوکیان، کە ئەمەش کێشەکان ئاڵۆزتر دەکات.

٣- هاوسەرگیریی لە تەمەنێکی کەمدا زۆرجار کێشەی دەروونیی لێ دەکەوێتەوە و، ئەوانەشی توانای هەڵگرتنی ئەو بارەیان نییە تەندروستییان بەرەو خراپبوون دەڕوات.

٤- ناتوانن منداڵەکانیان بەوجۆرە پەروەردە بکەن کە خۆیان دەیانەوێت، ئیدی منداڵەکانیشیان لەبەر کەمیی بایەخپێدان و چاودێریی دایك و باوکیانەوە لە ڕووی دەروونی و جەستەییشەوە وەك کەسێکی ئاسایی دەرناکەون.

٥- لەبەر کەمیی تەمەنیشیان بۆخۆیان بڕیاری یەکلاکەرەوە و تەواوەتییان بۆ نادرێت و، بە ئاسانی لەلایەن دەوروبەرەکەیانەوە ئاڕاستە دەکرێن، دیارە ئەمەش کێشەی زۆری لە پشتەوەیە.

هەرچەندە تەمەن بە یەکەم خاڵی سەرەکی تەماشا ناکرێت، بەڵام پێویستە لەیادمان نەچێت کە بۆ دروستبوونی لانەیەکی تەندروست چەندە پێویستە.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

«گەر ژن و مێرد لە هەموو ڕووەیەکەوە هاوسەنگ بن، ئەوکات هەردووکیان بە یەك زمان دەدوێن و، زۆر بەباشی لەیەکتری تێدەگەن. تەمەنی هاوسەرگیرییش یەکێکە لەو لایەنانەی بایەخی تایبەتیی هەیە».

ئەلفۆنس کار

«جیاوازیی تەمەن بەربەستی گەورە لەبەردەم هاوسەرەکاندا دروست دەکات، گەورەترین گرفتیش لە کاتی پیریدایە، چونکە کاتێك یەکێکان گەنج و ئەوی دیکەیان بەتەمەن دەبێت ناڕەحەتیی زۆر دێتە ڕێیان».

تۆماس فولەر

«خانمی هاوسەردار، خۆشەویستی مێردە گەنجەکەی و، هاوەڵی مێردە پێگەیشتووەکەی و، چاودێری مێردە نەخۆشە پیرەکەیەتی».

فرانسیس باکۆن

6

هەنگاوی شەشەم

پێویستە ساتەکانی دەستگیرانداریی چۆن بەسەرببردرێن؟

«دەستگیرانداریی پێگەیەکی پڕ بایەخی لە هاوسەرگیرییدا هەیە، چونکە لەم کاتەدا پێویستە هاوسەرەکان بەتەواوی یەکتری بناسن و کەموکوڕییەکانیان پڕبکەنەوە، بە واتایەکی دیکە دەستگیرانداریی وەك قوتابخانەیەکی سەرەتایی بۆ هاوسەرگیریی».

دکتۆر و پرۆفیسۆر سامی شەنەر

دەستگیرانداریی هەلێکی زۆر گرنگە لەبەردەم هاوسەرەکاندا، دوایین دەرفەتێکە بۆ ئەو هاوسەرانەی کە تا ئەو ساتەوەختە یەکدییان بە باشی نەناسیوە، بە واتایەکی دیکە دەستگیرانداری بۆ ئەوەیە کوڕ و کچ تێبگەن لەبەردەم چ کارێکی گرنگدان.

هەرچەندە بەگشتی دەستگیرانداریی بە کاتێکی زۆر خۆش دادەنرێت و، دەستگیرانەکان مەراقیان دەبێتە بینینی یەکتری و، بە بیستنی دەنگی یەکتر جۆش و خرۆش دایان دەگرێت، بریسکەی خۆشەویستی لە چاوانیاندا بەدی دەکرێت و، بە ڕوویەکی گەش و لێو بە خەندە و هەست ناسکییەکەوە مامەڵە لەگەڵ یەکدیدا دەکەن و، کاتێکیش بە یەك دەگەن هەست بە خۆشییەکی کەم وێنە دەکەن. هەر هاوسەرێك بە جۆش و خرۆشەوە باس لە سەردەمی دەستگیرانداریی دەکات و، چێژ لە باسکردنی دەبینێت.

بەڵام دەستگیرانداریی، تەنها بۆ ئەوە نییە کە دوو دڵ مەستی خۆشییەکانی دونیا ببن و، خەیاڵات دایانبگرێت و، کاتەکانیان بە یەکتربینین و قسەی خۆشەوە بەسەربەرن، بەڵکو بەتەواوی بەپێچەوانەوەیە و، پێویستە لەم ماوەیەدا چاوێك بەسەر ئەو لایەنانەدا بخشێننەوە کە فەرامۆشکراون، تا بێ کەموکوڕی خۆیان بۆ ژیانی هاوسەرداریيان ئامادە بکەن.

ئەوانەی دەستگیرانداریی بە دەرفەتێك دەزانن بۆ تەواو خۆئامادەکردن، ئەوا بە ئاسوودەییەکی زیاترەوە دەچنە باوەشی هێلانەی خێزانە ساواکەیانەوە، بەڵام ئەوانەی کاتەکانیان بە شتی لاوەکییەوە دەبەنەسەر خۆیان بە بەربەستێکی گەورەی هاوسەرگیریدا دەدەن.

لەبەر ئەمە، لە دەستگیرانداریيدا تەنها پێویستت بە هەست و نەست نییە، بەڵکو دەبێت بە وردی لە بارودۆخەکان بڕوانیت، چونکە پێویستە لەم ماوەیەدا ئەو خاڵانەی پێویست بە لەبەرچاوگرتن دەکەن زۆر بە باشی ڕوون ببنەوە و هەڵبسەنگێندرێن. لەم کاتانەدا دەرفەتێکی فراوان لەبەردەست هاوسەرەکاندایە تا بە خوو و ڕەوشت و کەسایەتیی یەکتری ئاشنا ببن.

ئەو شتانەی گونجاو نایەنە پێش چاو پێویستە لە کاتی دەستگیرانداریدا بیر لە چۆنیەتی چارەسەرکردنیان بکرێتەوە، چونکە لەم ماوەیەدا هاوسەرەکان دەتوانن زیاتر لە نزیکەوە یەکتری بناسن و ڕووە نەزانداروەکانیان بناسن، بەو پێیەی ڕەنگە ئەستەم بێت هەڵێکی وا لە دوای هاوسەرگیریی هەڵبکەوێتەوە.

پێویستە لە کاتی دەستگیرانداریدا چ شت گەلێك بکرێن؟

دەستگیرانداریی دەرفەتێکە بۆ لەیەك کۆڵینەوە و یەکترناسین، ئەمەش باشترین ڕێوشوێنی خۆئامادەکردنە بۆ هاوسەرداریی.

دەتوانین پێشنیار بکەین کە ئەم کاتانەتان بەمجۆرە بەسەر بەرن:

١- پێویستە دەستگیرانەکان بزانن تا چەندێك یەکتریان ناسیوە و، بوێرییان هەبێت تیشك بخەنە سەر ئەو لایەنانەی باش لەیەکتری نەگەیشتوون تێیاندا، چونکە چەند خاڵی ناڕوون کەم ببێتەوە ژیانی هاوسەرداریشیان ئەوەندە ڕووناکتر دەبێت.

٢- پێویستە لەم کاتەدا خزمەکانی یەکتر بناسن و، دڵیان بۆ لای خۆتان ڕابکێشن و ببنە دۆستی یەکتر، بەتایبەتی دڵی باپیرە و داپیرەی یەکتر بەدەستبهێنن تا لە نزاکانیان بێبەش نەبن.

٣- لەم ساتانەدا پێویستە بەرنامەکانی ژیانی هاوبەشتان دابڕێژن، بەتایبەت دەبێت بزانن تا چەندێك ئامادەییتان تێدایە بۆ بوون بە دایك و باوك.

٤- دەبێت چاوێك بە توانای منداڵ پەروەردەکردنتاندا بخشێنن و، بە زووترین کات بە کەموکوڕییەکانتان ڕا بگەن.

٥- پێویستە سەربەخۆیی ئابووریی خێزانە نوێیەکەتان فەراهەم بهێنن، دواتر هاوسەرگیریی بکەن.

٦- پێویستە کتێب خوێندنەوە و، زیادکردنی ئاستی ڕۆشنبیریی گشتی و، کەموکووڕییەکانتان لە ڕووی مەعنەویشەوە فەرامۆش نەکەن.

٧- دەبێت باس لەوە بکرێت کە دۆستایەتی لەگەڵ کێدا بکەن و، لە کێش دوورەپەرێز بن و، ئەمەش بکەنە بەرنامەیەك بۆ ڕۆژانی داهاتووی ژیانتان.

٨- پێویستە چاو بە چەند سەرچاوەیەکی زانستی و ئاییندا بخشێنن سەبارەت بە هاوسەرگیریی و، چەند یاسایەك بۆ بەرپرسیارێتییە گرنگەکان دابڕێژن.

٩- پێویستە بایەخێکی تەواو بەوە بدەن کە دەستگیرانداریتان بە شێوەیەکی یاسایی و ڕێگەپێدراو (مشروع) بەڕێوەبچێت.

هەندێك کەس لەگەڵ ئەوەدان کە هاوسەرەکان لە دوای مارەبڕینیان یەکتری ببینن، هۆکارەکانی لایەنگرانی ئەم بیرۆکەیە ڕوونە، بەڵام هۆکارەکانی ئەوانەی دژی ئەمەن ئەوەیە:

هەڵەیەکی ئاشکرایە گەر بێتو دەستگیرانەکان بە ڕادەی هاوسەرداریی ڕێگە بە خۆیان بدەن لە یەکتر نزیك ببنەوە، چونکە هەندێك گەنج هەر کە خۆیان بە حەڵاڵی یەکتر دیتەوە، ئیتر ڕەنگە لەبەرامبەر نەفسیاندا چۆك دابدەن و، زیاد لە پێویست لەیەك نزیك ببنەوە، ئەمە سەرەڕای ئەوەی لە ڕووی ئەخلاقی و مەعنەویشەوە هەڵەیە؛ چەندین گیروگرفتی دیکەی بەدواوەیە.



گـەر لـە دەسـتگیرانداریدا پەنا بۆ تێرکردنـی ئـارەزووە جنسـییەکان ببرێـت و وەك شـتێکی سـادە و سـاکار و ئاسـایی تەماشـا بکرێت، ئـەوا زۆر لایەنـی ئـەم هەڵەیـە فەرامـۆش دەکرێـت، چونکە دوای مارەبڕینیان دەشـێت بـە نەوینەوە بۆ ئارەزووەکانی نەفس و جەسـتە دوو کەسـەکە بـە ئاسـانی پێیان هەڵبخلیسـکێت بـۆ کارێکی نەشـیاو و نەخوازراو، ئەمـەش لە داهاتوودا بەربەسـتێکی ڕۆحـی و جەسـتەیی دێنێتـە کایـەوە.

زۆر کەسـم دیـوە سـەرەڕای ئـەوەی زانیویشـیانە لەگـەڵ یەکـتری ناگونجێــن، بــەڵام لەبــەر زیادەڕەوییــان لــە کاتــی دەســتگیرانداریدا ناچاربــوون بــۆ پەردەپۆشــکردنی هەڵەیەکیــان هاوســەرگیریی بکــەن.

هەنـدێ جـار گەنجـان دەبینـم بـە ڕێگـەی ئایینـی -واتـە لـە ماڵـەوە و بـە ئامادەبوونـی مامۆسـتایەکی ئایینـی- خێزانەکانیان مارەدەکەن، ئـەم پەیوەندییە کـە تەواوکـەری مارەبڕینی یاسـایی -واتە لـە دادگای- ئەمڕۆمانـە بەتەنها بەس نییـە، کەچـی ڕەنگـە دوو کەسـەکە زۆر لەیەکـتری نزیك بکاتـەوە، کە ئەمەش کێشـەی خـۆی هەیە.

پێویسـتە بـە ئەنـدازەی وریـا بـوون لە کێشـەکانی بەر لـە مارەبڕیـن وریای کێشـەکانی دوای مارەبڕینیـش بیـن و، بـەو پێیە مامەڵـە بکەین.

کەواتە زۆر گرنگە لە ماوەی دەستگیرانداریدا سنوورەکان نەبەزێندرێن و، دوو کەسەکە گرفتاری حەرام نەبن.

ئامانـج لـە دەسـتگیرانداریی خۆئامادەکردنـە بـۆ ئـەو بەرپرسـیارێتییانەی شانبەشـانی هاوسـەرداریی ڕووبـەڕووی ژن و مێـرد دەبنـەوە و، پێڕاگەیشـتنە بـە هەڵـەکان. خـۆ ئەگـەر بـە پێچەوانـەی ئەمـەوە بـوو ئـەوا هیچ واتایـەك بۆ دەسـتگیرانداریی نامێنێـت.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

«دەستگیرانداریی لە ئیسلامدا سوودی زۆر زۆرە، یەکێك لەو سوودانە ئەوەیە کە: هەلێکە و دراوەتە هاوسەرەکان، ئەوانەشی ئەم هەلە باش دەقۆزنەوە، خۆشبەخت دەبن».

پرۆفیسۆر دکتۆر موسا تاشدێلەن

«گەر ماوەی دەستگیرانداریی بە خۆشی و ڕابواردن بەسەر بەرن، ئەوا بە خۆڕایی لەدەستچووە، چونکە لە هاوسەرداریدا هەستەکان بێدەنگ دەبن و عەقڵ قسە دەکات».

جۆن دۆن

«گەر دەتەوێت بزانیت لە دوای هاوسەرگیریی ژنەکەت چۆن لەگەڵت دەدوێت، ئەوا تەماشای بکە بزانە چۆن لەگەڵ هاوەڵە کوڕەکانیدا دەدوێت».

ناتاو

«خۆشبەختترین خێزان کە دەتوانم بیهێنمە پێش چاوم، هاوسەرگیریی نێوان کوڕێکی نابیست و، کچێکی نابینایە، چونکە لە ژیانی هاوسەرداریدا هەندێك شت هەن کە نابێت ببیسترێن و، هەندێك شتیش هەن کە نابێت ببیندرێن».

کالڤین کۆلیریج

7

هەنگاوی حەوتەم

شێواز و تەکنیکی یەکترناسینی هاوسەرەکان

«پێویستە هاوسەرەکان بەر لە هاوسەرگیرییان بە شێوازێکی ڕێگەپێدراو لە یەکتری بکۆڵنەوە و یەکتری بناسن، ئەمە بۆ هاوسەردارییەکی درێژخایەن مەرجە».

پرۆفیسۆر دکتۆر ئادەمر تاتلی

یەکێـك لـە هاوەڵـە خۆشەویسـتەکانم ژنی بـۆ کوڕەکـەی هێنابـوو، دوای ماوەیەکـی کـورت هەواڵـی کوڕەکەیـم پرسـی، ئەویـش وتی:

- مامۆستا، مەپرسە!

- بۆچی؟ خێرە؟

- ئەم دووانە لەگەڵ یەك ناگونجێن.

- بۆچی؟

- ڕاسـتییەکەی بـەر لـە هاوسـەرگیرییان هیـچ یەکتریـان نەناسـیوە، یەکیان ئەڵێـت ماسـت ڕەشـە، ئەویکەیـان ئەڵێـت سـپییە، خـوو و ڕەوشـت و ئارەزووەکانیـان زۆر جیـاوازە، لـە هەمووشـی گرنگتر بیروفیکریـان جیاوازە و هەریەکەیـان لـە جیهانێکـدا ئـەژی.

بەداخـەوە هەمـوو ئـەم جیاوازییانەیـان لـە یەکـەم یەکتربینینیانـدا نەبینیوە،

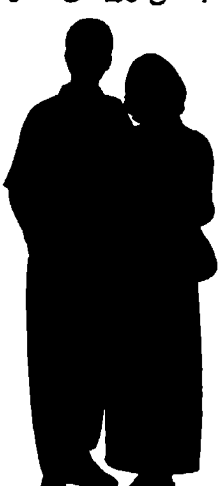
کاتێکیش خەیاڵەکانیان بە بنبەست گەیشتن و ڕووبەڕووی واقیع بوونەوە هەروەك ئەوەی لە خەوێك ڕابن وابوو، ئەوەتا هێشتا دوو مانگ تێپەڕ نەبووە ماڵیان ئەڵێی بەرەی شەڕە!

ئەگەر تەنها دوای دوو مانگ نێوانی هاوسەرەکان بەمجۆرە بشێوێت ئەوا زۆر ڕوونە کە ئەم دووانە بەباشی یەکترییان نەناسیوە، جا ئەگەر بێتو لە باگراوند و ژینگە و دونیایەکی جیاوازەوە بەیەك گەیشتبن، ئەوا کێشەکان بە جارێك زۆر دەبن.

بۆ پێشگرتن لەم کێشە و دەردیسەرییانە، پێویستە هاوسەرەکان لە یەکەم یەکتربینینیانەوە پرس و جۆی یەکتری بکەن و لەیەکتری بکۆڵنەوە. واتە دەبێت بە دوای ئەو ڕاستەقینەیەدا بگەڕێن کە لە پشت ڕووپۆشە سەرنجڕاکێشەکانەوە حەشاردراون، بۆ گەیشتن بە ئەنجامێکی دروستیش پێویستە ژیرانە لە بابەتەکان بڕوانن، نەك بە چاوی هەستەکان، چونکە لەم بابەتەدا چاوی ژیریی گەلێك لە چاوی هەست تیژتر و دووربینترە.

بۆ ئەوەی هاوسەرەکان یەکدی باش بناسن پێویستە هاوشێوەی ئەم هەنگاوانە بگرنە بەر:

١- بە لەبەرچاوگرتنی ئەوەی کە خێزانداریی یەك ڕۆژ و دوو ڕۆژ نییە و، ژینێکی چەندین ساڵە و درێژخایەنە، پێویستە باش وریای ئەوە بیت لەگەڵ کێدا دەبیەتە سەر.



لە کەسێکی ئەمانەت پارێز و خاوەن بەڵێن و نهێنی پارێزەوە، هاوەڵ و دۆستێکی ڕاستەقینە پەیدا دەبێت.

ڕێنان

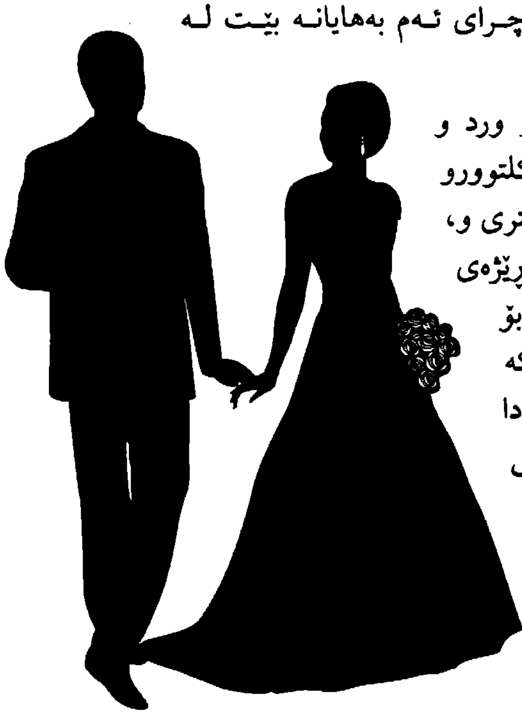
٢- پێویستە ئەو کەسەی ژیانی هاوبەشی لەگەڵدا پێك دەهێنیت لانی کەم لە چەند ڕوویەکەوە لە تۆ باشتر بێت و، توانا و لێهاتوویی ئەوەی هەبێت لە کاتی پێویستدا پاڵپشت و داڵدەدەرت بێت.

٣- بیر لە هاوسەرگیری لەگەڵ کەسانی بێباك و بێهەست و بێسەرەوبەرەدا مەکەوە، چونکە دواتر ناچار دەبیت هەموو بەرپرسیارێتییە قورسەکانی خێزان بە تەنیا لە کۆڵ بنێیت.

٤- ئاستی میهرەبانی و سۆزی ئەو کەسە تاقی بکەنەوە کە دەستنیشانتان کردووە تا ببێتە هاوسەرتان، چونکە ئەگەر کەسێك بێبەش بێت لەم هەستانە، ئەوا ناتوانێت ببێتە سەرچاوەی خۆشبەختی بۆ خێزانە نوێکەی.

٥- هەستی بەرپرسیارییەتی لەو کەسەدا هەڵبسەنگێنن کە هەڵتانبژاردووە، چونکە گەر کەسێك گرنگیی بەم هەستە نەدات، ئەوا نەك خێزانێك بەڵکو تەنانەت خۆشی پێ بەڕێوە نابرێت.

٦- سەرنجی بەها مەعنەوی و تێڕوانینە ئەخلاقی و ڕەهەندە ئایینیەکانی بەرامبەرەکەتان بدەن، چونکە کەسێکی مەعنەویات نزم و دوور لە بەها ئایینیەکان هەرگیز ناتوانێت چرای ئەم بەهایانە بێت لە خێزاندا.



٧- بە شێوەیەکی زۆر ورد و ژیرانە ئاستی گونجانی کلتوورو دابونەریتتان لەگەڵ یەکتری و، نزیکی بیروبۆچوونەکانتان و، ڕێژەی هاوتەریبیی تێڕوانینەکانتان بۆ ژیان هەڵبسەنگێنن، چونکە بوونی جیاوازی لەم بابەتانەدا هەر زوو سەری ئاسوودەیی خێزان دەخوات.

٨- بزانن تا چەندێك دەتوانن لەگەڵ دایك و باوك و خزمەکانی یەکدا

لەیەکتری تێبگەن، مەڵێن من چیم داوە لە خزمەکانی، من تەنها خۆییم دەوێت، ڕاستە تۆ هاوسەرگیری لەگەڵ کەسێك دەکەیت، بەڵام بەو هاوسەرگیرییەت ڕاستەوخۆ بە خێزان و بنەماڵە و خزم و کەسی هاوسەرەکەتەوە گرێ دەدرێیت.

٩- لە کەسایەتی و سەنگینی و پابەندێتیی وردبنەوە، چونکە ئێوەش وەك هەمووان ڕەنگە بە ڕووخسار فریو بخۆن و، کاتێك بەمە بزانن کارلەکارترازابێت.

١٠- سەرنجی ئەو هاوڕێ و هاوەڵانەی بدەن کە زۆرترین کاتیان لەگەڵ بەسەر دەبات، چونکە مرۆڤ دەتوانێت کەسایەتی خۆی بشارێتەوە و ڕووە ڕاستەقینەکەیت پیشان نەدات، بەڵام خۆ ناتوانێت هاوەڵەکانی بشارێتەوە.

١١- هەرگیز کەسێکی ئالوودەی مادده هۆشبەر یا زیانبەخشەکان هەڵمەبژێرن، چونکە ئەم خووەی هەم لەڕووی تەندروستی و ئابووریيەوە زیانتان پێدەگەیەنێت هەم کاریگەریی خراپیشی لەسەر پەروەردەی منداڵەکانتان دەبێت.

١٢- سەرنج بدەن ئاخۆ پلان و بیر و خەیاڵەکانی بۆ داهاتوو ئەرێنین یاخود نا، چونکە خەیاڵ و خولیا و هیواکانی مرۆڤ باشترین پێناسەی کەسایەتین بۆی.

بە وتە و چاوانی مرۆڤ فریو مەخۆن، ناخ و خوو و ڕەوشتی گرنگن.

غاندی

١٣- لە بەکارهێنانی پارە و ساماندا زۆر وریای بن، بزانن پارە بۆ سوودی خۆی بەکاردەهێنێت یاخود بووەتە دیلی، بە واتایەکی دیکە ئاخۆ پارەکەی کردووەتە هۆکارێك بۆ ئاسانکردنی ژیانی، یان خۆی بووەتە ئەسیری پارەکەی، چونکە ئەوەی دەزانێت پارە لە شوێنی خۆیدا بەکاربهێنێت، ئەوا ژیانێکی سەربەرزانە دەباتە سەر.

١٤- بزانە: چەندێك لە خودا دەترسێت؟ چۆن و بە چ شێوەیەك ئەرکی بەندایەتیی بەجێدەگەیەنێت؟ چونکە کەسێك لەخواترس بێت، هەرگیز خراپە دەرهەق بە خێزانەکەی ناکات و خۆی دەکاتە قوربانی

بـۆ ئاسـوودەیی ئـەوان، بـەڵام گـەر کەسـێك لـە خواتـرس نەبێـت ئـەوا خۆشـبەختیی مـاڵ و منداڵـی زۆر بـە سـانایی پشـتگوێ دەخـات.

١٥- چ شـتگەلێکی دەوێـت لـە لانـە نوێیەکەیـدا هەبـن؟ ئایا ئەو شـتانەی دەیـەوێن شـتی بنەڕەتین، یاخـود تەنها شـتی کاتین و بۆ خۆشـییەکی ڕۆتینین؟

١٦- ئـاگاداری گفتوگـۆ و هەڵسـوکەوتەکانی بە، بزانە ئایا ئـەوەی دەیڵێت دەیکات؟ ئایا قسـە و کـردەوەی یەکن؟

١٧- بە سـەرنجەوە گوێ بۆ قسـەکانی شـل بکە، چونکە تێڕوانین و ئاستی ڕوشـنبیری و بـاوەڕ و جیهانـی مرۆڤـەکان لـەو وشـانەدا خۆیان حەشـارداوە کـە لـە زاری دەردەچـن، کەواتـە دەتوانیـت لـە نێـو وشـەکانیدا هەم ڕاسـت و دروسـتی و، هـەم بـێ توانایشـی -ئەگەر هەیبێت- هەسـت پـێ بکەیت.

١٨- ڕێـژەی سـەبر و ئارامگریـی بپێون و بزانن: زوو تـوورە دەبێت یان نا؟ زوو زویـر دەبێـت یان نا؟ شـان دانە بەر ژیان لەگەڵ کەسـێکی ناهاوسـەنگدا کارێکی دژوارە.

١٩- دڵنیـا بـن جوانـی و کەشـخەیی و شـۆخ و شـەنگی بـۆ ژیانـی خێزانـداری بـەس نیـن، بەڵکو دەوڵەمەندیـی دڵ و جوانیی ڕەوشـت بنچینەی خێـزان پێکدەهێنـن.

٢٠- لـە ئاسـتی هاوکاریکـردن و مامەڵەی لـە پەیوەندییەکانیـدا بکۆڵنەوە، چونکـە ژیانـی هاوسـەرێتی لـە بنەڕەتـدا بـە دوو هاوسـەر پێکدێـت، بـەڵام دەبێـت دایـك لەهەمـوو سـاتێکدا ئامـادەی ئـەوە بێـت ببێتـە باوکیـش بـۆ

ئارامگرتن، گرنگترین خەسڵەتی مرۆڤە، گەر
لەگەڵ کەسێکی هەڵەشەدا ملی ڕێ بگریتە بەر،
ئەوا بێگومان لە ناڕەحەتی بەدوور نابیت.

ئیمامی عەلی (ڕەزای خوای لێبێت)

منداڵەکانی و، بەپێچەوانەوەشەوە پێویستە هەردەم باوك ئامادەبێت ببێتە دایك بۆ منداڵەکانی.

لەهەمان کاتدا، دابەشکردنی ئەرکەکان و هاوکاریکردنی یەکدیش لەسەر ئەرکەکان لە خێزاندا بنچینەیەکی گرنگە.

٢١- سەرنج بدەن ئاخۆ لەسەر بڕیارەکانی ئارام دەگرێت و ئیرادەی بەکردارکردنیانی هەیە یاخود نا، چونکە ناتوانرێت لەگەڵ کەسێك کە خاوەن بڕیاری خۆی نەبێت هاوبەشی ژیان بیت.

٢٢- ئایا دەزانێت کە نازانێت؟ یاخود وا هەست دەکات هەموو شتێك دەزانێت؟ قسەکردن لەگەڵ کەسێکدا کە گومانی وا بێت هەموو شتێك دەزانێت هیچ بەرهەم و ئاکامێکی نابێت.

بەکورتی، پێویستە ئەو کەسانەی خۆیان بۆ هاوسەرگیری ئامادە دەکەن، وەك لێکۆڵەرەوەیەك زۆر بە وردی یەکتری بخوێننەوە و ئاشنای سروشت و کەسێتیی یەکتر بن، دەبێت لەم لێکۆڵینەوەشیاندا ژیریان بکەنە بڕیاردەر، خۆ ئەگەر بە هەستەکانیان بڕیار بدەن ئەوا زوو ئەسرینەکانیان تەمومژی خەیاڵاتیان دەشواتەوە و واقیع بە زەقی دەبینن، بەڵام بڕیاردانی ژیرانە واتە بینینی ڕاستییەکانە بەر لەوەی کار لە کار ترازا بێت.

8

هەنگاوی هەشتەم

بەهەرجۆرێك بێت «پەیماننامەی بەوەفاوە هاوسەرگیریی» ببەستن

«ئەوانەی بە خەیاڵپڵاوییەوە لە ژیانی هاوسەرێتی دەڕوانن، لە سەرەتای ژیانی هاوسەرییاندا کاتێك لەناکاو ڕووبەڕووی چەند ڕاستییەك دەبنەوە، هەر زوو دووچاری بێهیوایيەکی وا دەبنەوە، کە ئەگەر زوو چارە نەکرێت ڕەنگە خۆشبەختیی خێزان بشێوێنێت».

ئیسماعیل حەکیم ئۆغلو

ڕۆژەکانی سەرەتای هاوسەرگیریی دەستپێکی زۆرێك لە دڵخۆشی و دڵتەنگین. ئەو تازە ژن و مێردەی کە تا ئەو کاتە لە جیهانی خەیاڵدا لەیەکتریان ڕوانیوە، ئیتر ڕووبەڕووی ڕاستییەکان دەبنەوە و، ڕۆژ بە ڕۆژ هەموو ئەو لایەنانەیان ڕوون دەبنەوە کە پێش هاوسەرێتییان لای یەکتر نەیانخستبووە ڕوو.

بەگشتی مرۆڤەکان هەر لە منداڵییانەوە وادەزانن هاوسەرگیریی وەك ژیانی شازادەکانە، بەڵام زۆر زۆرن ئەوانەی ژیانیان ڕێڕەوێکی جیاواز لە خەیاڵەکانیانی گرتووەتە بەر.

دەگونجێت ئەم ڕووبەڕووبوونەوە لەناکاوەی هاوسەران لەگەڵ ڕاستییەکاندا ئاسوودەیی خێزان بەر لە دەستپێك کۆتایی پێ بهێنێت، بۆیە بۆ ڕێگرتن لەمە چەند ئەرکێك دەکەوێتە سەر شانی هاوسەرەکان.

بۆئەوەی هاوسەرەکان هەر لە سەرەتای ژیانیانەوە دەستپێکێکی باشیان هەبێت پێویستە لە سەرەتای ژیانی هاوبەشیاندا پەیماننامەیەکی هاوسەرگیری ببەستن، واتە ئەرکی هەر یەکەیان دیاری بکەن، با ئیتر هاوسەرگیریشیان کردبێت و کاتی پەیماننامە بەسەرچوویێت، بەڵام ئەم پەیماننامەیە بۆ متمانەی هاوسەرەکان بە یەکتری زۆر گرنگە.

پەیماننامەی هاوسەرگیری دەبێت چ شتگەلێك لەخۆ بگرێت؟

پێویستە پەیمان بدەن لەسەر ئەوەی کە:

١- بە یەکەوە ڕووبەڕووی کێشەکان بینەوە.

٢- لەگەڵ یەکدا ڕاست و دروست هەڵسوکەوت بکەن.

٣- هەرگیز ڕێگەی فرت و فێڵ و درۆ نەگرنەبەر لەپێناو پاراستی متمانەی نێوانیان.

٤- بۆ چارەسەرکردنی کێشەکان ئارام و بە ئیرادە بن.

٥- بڕوا بە قسەوقسەلۆکی خەڵکی نەکەن و، لە ئەگەری زۆربوونیشیدا بیر لە ڕێگەچارەیەك بکەنەوە بۆ دەربازبوون لێی.

٦- بە یەکەوە هەنگاو بنێن لە ئاست ڕەخنە و ناڕەزاییەکانی خێزانەکانیان (دایك و باوکیان)دا.

٧- توانا ماددییەکانیان یەکبخەن و، ئاگاداری خەرجیی یەکتر بن.

٨- بە گفتوگۆ و ڕاوێژ کێشە و نائارامییەکانی ماڵەکەیان چارە بکەن.

٩- هاوکاری یەکبن لە پاك ڕاگرتن و خاوێنکردنەوەی ماڵەکەیاندا.

١٠- هانی یەکدی بدەن بۆ دوورکەوتنەوە لە هەر هەڵسوکەوت و خوویەکی خراپ.

١١- پاڵپشتی یەك بن لە پەرستشەکان و، بەشداریکردن لە کۆڕوکۆبوونەوە ڕۆشنبیرییەکان و، کتێب خوێندنەوە و، چالاکییە ڕۆشنبیرییەکاندا.

١٢- هەوڵی دەستخستنی زانیاریی زیاتر بدەن لەسەر ئەو بابەتانەی پەیوەستن بە هاوسەرگیرییەوە.

١٣- بە زووترین کات کەموکورتییەکانیان لە پەروەردەکردن و چاودێریکردنی منداڵەکانیاندا چارەسەر بکەن.

١٤- لە هەموو خۆشی و ناخۆشییەکی ژیانیاندا هاوبەشی یەکتر بن.

پەیماننامەی هاوشێوەی ئەمە بەرپرسیارێتییەکی ئەخلاقی بە هاوسەرەکان دەسپێرێت، واتە ئەمە پەیمانێکی مەعنەوییە کە بۆ بەڕێوەچوونی ژیانی هاوسەرداریيان بە یەکتری دەدەن و، پەیوەندیی ئەخلاقیی نێوانیان ڕێك دەخات.

لە ژیانی خێزانداریدا ئەویندارییی و سۆزداریی لە ڕادەبەدەر بوونی نییە، بەڵکو پێویستە هاوسەرەکان چاویلکەی سۆزی لەڕادەبەدەر لادەن و، تێڕوانینێکی واقیعی و ڕاستگۆیانەیان هەبێت.

پێویستە بزانن چۆن ساتە خۆشەکانیان هەڵدەسەنگێنن، هەروەها قایل بن بەوەی هەیانە و، داوای شتێك نەکەن لە توانایاندا نەبێت. واتە نابێت غەمبار بن بۆ ئەو حەز و ئاواتانەی پێیان شاد نەبوون، بەڵکو پێویستە ڕازی ببن بە واقیع و هاوبەشی ژیانیان هەر وەکو چۆن پێیان بەخشراوە.

واتە هاوسەر نابێت ئەوە لەیاد بکات هاوسەرەکەی مرۆڤە و دەشێت هەڵە بکات.. ڕاستە دەرەنجامی هەندێك هەڵە نارەحەتی و نائارامییە، بەڵام قبووڵکردنی سروشتی مرۆڤبوونتان و هەڵەکردنتان وەك قبووڵکردنی ئاوابوون و هەڵهاتنی خۆرە لە هەموو ڕۆژێکدا.

ئەوە لە یاد مەکەن کە ژیان داستانی پەرییەکان نییە و، هاوسەرەکانیش پاڵەوانەکانی نین، هیچ کەسێك نییە چاوەڕوانی ئەوە بێت هەموو وەرزەکان وەك بەهار جوان و ڕەنگاوڕەنگ بن، بەڵکو دەزانێت هەر یەك لە پایز و هاوین و زستانیش بۆخۆی جوانی و قەشەنگیی خۆی هەیە.. کەواتە ئەوە لە سروشتی مرۆڤەوە نییە ئارەزوو بکات هەموو ساتەکانی لەیەك وەرزدا بێت.

ئەگەر گەنجەکان حەزناکەن خەیاڵات و حەزەکانیان دەربارەی هاوسەرگیری بەبادا بچێت، ئەوا با پێگە و شوێنی خۆیان باش بزانن و، پێ لەبەرەی خۆیان زیاتر درێژ نەکەن و، خەیاڵ پڵاو نەبن، چونکە ئەم خەیاڵاتانە لە هاوسەرداریدا بۆیان ناچێتە سەر.

ئەو هاوسەرانەی چاوەڕوانیی زیاد لە پێویستیان لە هاوسەرگیری نەبووە، شانسی گەیشتن بە ئارەزووەکانیان زیاترە، چونکە ژیان بەوجۆرە نییە کە لە پەنجەرەی خەیاڵەوە دیارە، بەڵکو چەند ڕێیەکی بەیەکداچووە و، بوونی کورتەڕێیەکی قەدبڕ بۆ گەیشتن بە مەبەست ئەستەمە، هەربۆیە پێویستە لە ژیانی هاوسەرداریدا زۆر خۆشخەیاڵ نەبین و بەچاوی واقیعبینانە لە ژیانمان بڕوانین.

گەر لە ڕۆژەکانی سەرەتای هاوسەرگیریدا ژن و مێرد زیاتر لەیەك نزیك بنەوە و، بە کەسێتیی یەك ڕازی ببن و، بە تێگەیشتنەوە ڕووبەڕووی یەك ببنەوە، ئەوا زۆر کێشە بەر لە سەرهەڵدانی چارەبووە.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

«مانگەکان و ساڵەکانی سەرەتای هاوسەرێتی زۆر گرنگن، چونکە ئەمە کاتی یەك ناسین و دروستبوونی تێڕوانینەکانە بۆ یەکتری، ئەو هاوسەرانەی لەم کاتەدا لەیەك ناگەن، ئەوا ژیانی هاوسەرییان لەمەترسیدایە».

د. ئایلا کلێنچ

«ویست و ئارەزووەکانتان و، ئەو شتانەش کە حەز بە بوونیان ناکەن بە ڕوون و ئاشکرایی بۆ یەکتری باس بکەن، چونکە دواتر لە ساڵانی داهاتوودا گوێ بۆ ویستەکانی یەکتر ناگرن».

ئیسماعیل حەکیم ئۆغلو

«با خاڵی تایبەت و جیاکەرەوەی ماڵەکەتان (ئیمان) بێت، چونکە ئەو مرۆڤانەی لە خوداوە نزیکن لە ژیانیاندا بەختەوەر دەبن».

سەراب موتلۆ ئاکبولوت

«دەربارەی ئەو کارانەی دەبێت بیکەن یاخود نەیکەن خۆتان یەکلایی بکەنەوە و، یاسایەك بۆخۆتان دابڕێژن و بە هەر نرخێکیش بووە پەیڕەوی ئەو یاسایە بکەن».

محمد دیکمێن

9

هەنگاوی نۆیەم

ئایا دۆستایەتیی نێوان کوڕ و کچ هاوسەرگیرییەکی خۆشبەختی لێدەکەوێتەوە؟

«ئەوانەی بە دۆستایەتی یەکتریان ناسیوە و بێ هاوسەرگیریی یاسایی لەگەڵ یەکدا ژیاون، دوای هاوسەرگیرییان بە حەز و چاوەڕوانییەکانیان ناگەن و ئاسوودە نابن، جگە لەوەش خێزانێکی ناجێگیر پێکدەهێنن کە تەمەنی زۆر ناخایەنێت».

جێفری لارسۆن

لە ژووری مامۆستایان مشتومڕێکی گەرم سازابوو، هەندێك لە هاوەڵانم دژی دۆستایەتی و ژیانی بێ پەردەی نیکاح بوون، هەندێکی دیکەشیان لە ڕوانگەی «بۆ زیاتر یەکناسینی گەنجەکان و دەستپێکێك بۆ هاوسەرگیری» پشتیوانیی دۆستایەتیی کوڕ و کچیان دەکرد پێش هاوسەرگیری.

لە گەرمەی مشتومڕەکەدا خانمێك -کە بەرگێکی ناداپۆشەری پۆشیبوو و وەك لایەنگرێکی سەربەستیی بێ سنوور ناوزەند دەکرا- وتی:

«پێویستە لەم بابەتەدا گوێ بۆ من بگرن، چونکە وابزانم لە هەمووتان باشتر دەزانم بەیەکەوەژیانی بێ مارەبڕین چ دەرئەنجام و لێکەوتێکی هەیە، چونکە ئەزموونی من وەك باشترین ڕوونکردنەوەیە بۆ ئەم باسە».

ئەو خانمە مامۆستایە دەستی کرد بە گێڕانەوە:



«هاوڕێیەکی کوڕم هەبوو زۆرم خۆشدەویست و عاشقی بوو بووم، وامدەزانی ئەویش بە هەمان شێوەیە بۆ من.

هەموو ڕۆژێك دەچووینە دەرەوە و پێکەوە ڕۆژمان دەگوزەراند، پەیوەندیی نێوانمان پەیوەندییەکی زۆر پاك بوو، پێمان وابوو ئیتر بەمجۆرە زیاتر یەکتر دەناسین و، خۆمان بۆ هاوسەرگیری ئامادە دەکرد.

قۆناغی دۆستایەتی لامان پێویستییەکی ژیان بوو و، بۆ هاوسەرگیرییەکی بەختەوەر ئەم قۆناغەمان بە پێویست دەزانی، بەڵام بە تێپەڕبوونی ڕۆژەکان ڕووی کارەکە گۆڕدرا، چونکە بۆم دەرکەوت کە هەستی من و ئەو جیاوازە و، لە قاڵبی هاوڕێیەتییەکی پاك و بێگەرددا جێی نابێتەوە.. من کاتێك بەتەواوی لەمە دڵنیابووم ئیتر کار لەکار ترازا بوو، ئەو ئامانجی خۆی لە هاوڕێیەتی و نزیکیی من پێکا و ڕۆیشت، بەڵام من بەتەنها مامەوە و زۆر شتی ژیانم لەدەست دا.

هاوڕێیان، نەریتی کۆمەڵگەکان جیاوازە، وڵاتانی ئێمە وەك وڵاتانی ئەورووپا نین، بەڵام زۆرمان لەمە تێنەگەیشتووین و بەهەڵەدا دەچین.

پشتگیریی دۆستایەتی و بەیەکەوەژیانی کوڕ و کچ بێ مارەبڕین و هاوسەرگیریی، واتە تێکدانی خۆشبەختی و دامەزراویی خێزان».

ئەم وتانەی مامۆستا کە بە چاوی پڕ ئەسرینەوە دەریبڕین زۆر کاریگەربوون.. بۆیە چیتر کەس لایەنگریی ئەو بابەتەی نەکرد.. لەم ساڵانەی دواییدا لە ئەورووپا و هەندێ لە وڵاتانی سەرمایەداردا بۆ

لەناوبردنی بەهای خێزان قۆناغی بەیەکەوەژیانی کاتیی کوڕ و کچ بووەتە باو و، هەندێك کەس بە خەیاڵی خۆی بۆ ئەوەی لە ژیانی هاوسەرداریدا بەختەوەر بێت بنەمای «پێش کڕین تاقی بکەرەوە» پەیڕەو دەکات، گوایە ئەگەر ئەم دوو کەسە بەر لە هاوسەرگیرییان بۆ ماوەیەك پێکەوە بژین، ئەوا لەبەرئەوەی باشتر یەکتری دەناسن لە ژیانی خێزانداریشیاندا خۆشحاڵتر دەبن.

سەیر ئەوەیە کاتێك ئەم دوو گەنجە پاش ماوەیەك بەیەکەوەژیان ئەگەر یەکترییان بەدڵ بوو ئەوا هاوسەرگیری دەکەن، بەڵام ئەگەر لەگەڵ یەك نەگونجان ئەوا تەواو خواحافیز و، دەست لەیەك دەشۆن و کەسێکی دیکە یا دووانی دی دەدۆزنەوە و تەنانەت تا سێیەم و چوارەم تاقیکردنەوەش هەر دەڕۆن و لایان ئاساییە هەموو جارەکانیش کە ڕێك ناکەون جیا دەبنەوە.

ئەمەش لە کاتێکدایە کە لەم جۆرە بەیەکەوەژیانەدا دەتوانن هەرچۆنێك بووە ڕووە خراپەکانیان لە یەکتری بشارنەوە، بە ئەندازەی ئەوەی کە یەکتریان بەدڵە تا کاتی هاوسەرگیرییان زۆر بە وریاییەوە هەڵسوکەوت لەگەڵ یەك دەکەن و هەرگیز لەگەڵ یەکدا ئاسایی نابن. جگە لەوەش هیچ کات ترسی لەیەك جیابوونەوەیان لێ دانابڕێت و، بە هەست و ئارەزووی گەنجێتییان هەوڵ دەدەن یەکتری ڕازی بکەن.

لە ماوەی دۆستایەتییەکەیاندا دەڵێن بەتەواوی لەگەڵ یەك گونجاوین و بەو جۆرەین کە بیرمان لێ دەکردەوە، بەڵام کێشەکان دوای تەواوبوونی مانگی هەنگوینی و دەرکەوتنی ڕووی ڕاستەقینەی ژن یا مێرد دەست پێدەکەن.

ئەو کات دەزانێت لەگەڵ کەسێکی نەشیاودا هاوسەرگیریی کردووە، ڕاستترە بڵێین لەگەڵ ئەو کەسەدا هاوسەرگیریی نەکردووە کە بە بڕوای خۆی هاوسەگیری لەگەڵ کردووە؛ چونکە کاتی دۆستایەتییان بۆ دڵخۆشکردنی یەکتر زۆر هەوڵیان دەدا و، هەردەم بیروهۆشیان لای یەك بوو نەك خۆیان، کە ئەمەش بێگومان بە مەبەستی ڕازی کردنی یەکتری و خۆش بەسەربردنی ئەو ساتانە بووە.

"دەشێت کەسانێك هەبن کە پشتگیری دۆستایەتی پێش هاوسەرگیری بکەن، بەڵام با ئەوەشیان لەبەرچاو بێت کە زۆرینەی ئەوانەی لەیەکتری جیادەبنەوە ئەوانەن کە پاش دۆستایەتی هاوسەرگیرییان کردووە.

د. سێڤیم عاسیمگیل

بەڕاستی لەو ساتەوە کە ژن و مێرد تەنها بە هەستەکانیان بەیەك گەیشتن و، گەردەلوولی عیشق بۆ لای یەکی هێنان و، بە چاوی ژیرییان لە ڕاستیی یەکدییان نەڕوانی، ئەوا نەگونجان و لێك تێنەگەیشتنەکان سەر هەڵ دەدەن.

تەنانەت لە ویلایەتە یەکگرتووەکانی ئەمریکاش کە شوێنی سەرهەڵدانی هاوسەرگیری کاتیی و ئەم جۆرە دۆستایەتییەیە، دژایەتییەکی توندی ئەم کارە دەکرێت، چونکە پیرۆزیی خێزان ناهێڵێت و، خانمەکان وەك کاڵایەك لێ دەکات بەر لە کڕینیان تاقی دەکرێنەوە!

لە هاوبەشییەکی پیرۆزی وەك هاوسەرگیریی و پێکهێنانی لانەی نوێی ژیاندا، تەنها هەستەکان بە دەردی هیچ ناخۆن، بە پێی زۆر لێکۆڵینەوەی ئەمریکیش تاقیکردنەوەی ئەم بەیەکەوەژیانە بەر لە هاوسەرگیریی هیچ ئەنجامێکی بەکەڵکی نەبووە.

ئەگەری جیابوونەوەی ئەو هاوسەرانەی بە دۆستایەتی و بەیەکەوەژیانی پێشوەخت بەیەك گەیشتوون بە ڕێژەی (٥٠٪) لەو هاوسەرانە زیاترە کە پێش هاوسەرگیریان بەیەکەوە نەبوون، ئەم ئەنجامەش بە لێکۆڵینەوە لە ئاماری (٥٠) ساڵەوە بەدەست هاتووە.

لێکۆڵەر جێفری لارسۆن لە زانکۆی (بریگهام یۆنگ) دەڵێت:

«ئەو هاوسەرانەی بەر لە هاوسەرگیریان پێکەوە ژیاون، لە پاش هاوسەرگیریان ئەوەی چاوەڕوانی بوون بەدەستی ناهێنن و، لە خێزانە

نوێکەیانـدا ئاسـوودە نابـن و، لانەیەکـی ناجێگیریـان دەبێـت».

لارسۆن، ئەم لێکەوتە زیانبەخشانەشی بۆ ئەم دۆستایەتییە دیاری کردووە:

١- هاوسـەرەکان دوای هاوسـەرگیرییان دووچاری ئازاری ویژدان دەبنەوە لـە بەرامبـەر ئەو پەیوەندییە ناشـەرعییەی کە لەوەوپێـش هەیانبووە.

٢- بەهـۆی بوونـی پەیوەندیـی ناشـەرعییانەوە نێوانیـان لەگـەڵ دایـك و باوکیانـدا تێکدەچێـت.

٣- ئەگـــەر دوای ماوەیـــەك پێکەوەژیان بەرەو هاوســـەرگیریی هەنگاو نەنێـــن و لەیەکتری دوور بکەونـــەوە، ئەوا تووشـــی بێهیوایی دەبن.

٤- ئەو منداڵانەی بە ڕێگەیەکی شەرعی لەدایك نابن، یاخود دایك و باوکیان لەیەك جیابوونەتەوە، مەترسییەکی گەورە ڕووبەڕووی خۆیان و کۆمەڵگە دەکەنەوە.

ئـەو هاوسـەرانەی هێشـتا لەیەکتری مارەنەکـراون، گەر بەتەنهـا بن پێکەوە ئـەوا دەشـێت زیـاد لـە پێویسـت لـە یەکـتری نزیـك ببنـەوە، لـەم بارەشـدا هێوربوونەوەیـان یاخـود گەڕانەوەیـان بـۆ سـەر ژیانـی ئاسـاییان زۆر قـورس دەبێت.

هەروەهـا زۆرینـەی ئـەم کەسـانە لە یـەك ناگەن و بـەر لە هاوسـەرگیرییان لەیـەك جیادەبنـەوە، ئیـدی لـەم ساتەشـەوە گومانـەکان لەبـارەی کچەکـەوە سـەر هـەڵ دەدەن، جـا ڕاسـت بـن یـان هەڵـە.

"هەژمارکردنی دۆستایەتی بە پەیوەندییەکی پاك بیرکردنەوەیەکی هەڵەیە! چۆن دەگونجێت دوو ڕەگەزی جیا لە چڵەپۆپەی تواناکانیاندا تەنها بە پەیوەندییەکی بێ گەردانە تۆقرە بگرن؟".

ئاینوور مسر ئۆغلو

بە پێی توێژینەوەیەك کە لە ئەڵمانیا کراوە، (٨٠٪)ی ئەو هاوسەرگیرییانەی پاش ماوەیەك دۆستایەتی کراون بە جیابوونەوە گەیشتوون، ئەمەش کارەساتێکی لە سنوور دەرچووە.

ئایا دەگونجێت کوڕ و کچ ببنە هاوەڵی ڕاستەقینەی یەکدی؟

فیلمێکی ئەمریکیش باس لەوە دەکات ناگونجێت لە نێوان کوڕ و کچدا پەیوەندییەکی بێگەرد هەبێت، بەڵکو بەشێوەیەکی سروشتی هەست و ئارەزووە جنسییەکان بەسەریاندا زاڵدەبێت.

ناوەڕۆکـی ئـەم فیلمـە لە بارەی کـوڕ و کچێکەوەیە کە لـە کارەکەیاندا وەك هاوکارێکـی باشـی یەکـتر پەیوەندییەکەیـان دەسـت پێدەکـەن و، دواتـر دەبنە ئەوینـداری یەکتر.

لە وتارەهەواڵێکی «USA TODAY»دا هاتووە:

«هەندێك لەو کوڕ و کچانەی پەیوەندیی دۆستایەتییان هەبووە ئاماژەیان بۆ ئەوە کردووە ئارەزووە جنسییەکانیان فشاریان خستووەتە سەر پەیوەندییە بێگەردەکەیان و، بۆ پاراستنی پەیوەندییە باشەکەیان دووچاری بەرەنگارییەکی سەخت بوون لەگەڵ نەفسیاندا.

بەرهەمهێنەری فیلمەکە، دەڵێت:«کوڕ و کچ ناتوانن تەنها هاوڕێی یەك بن، چونکە هەمیشە ئارەزووە سێکسییەکانیان دەکەوێتە نێوانیانەوە».



دوو دەروونناسیش کە توێژینەوەیان لەسەر پەیوەندیی کوڕان و کچان لە دەرەوەی سنووری خێزان کردووە، دەڵێن: «فیلمەکە ئاوێنەی ڕاستییەکانە»، یەکێك لەوان، (تۆم ڕینگ)ە لە زانکۆی (واشنتۆن کاتۆلیك)، کە دەڵێت:«ئەو کوڕەی هاوەڵێکی کچی هەبێت، بۆ ئەوەی بەسەر ئارەزووە ووروژاوەکانی خۆیدا زاڵ ببێت ناچارە دەمەقاڵێ و شەڕی لەگەڵ بکات».

پێویستە کچ و کوڕ بەر لە هاوسەرگیری بە شێوەیەکی شەرعی یەکتر بناسن و، هەر بە شێوەیەکی شەرعی و لە کاتی دەستگیرانداریدا بە کەموکورتییەکانیشیان ڕابگەن، ئیدی ئەو هاوسەرگیرییەی بەم ڕێچکەیەدا بڕوات بە خۆشبەختی شاد دەبێت. بەڵام دۆستایەتی و بەیەکەوەژیانی پێشوەخت خێزان بەرەو لەناچوون دەبات، بە پلەی یەکەمیش زیان دەبێتە بەشی خانمان و ئەو منداڵانەی لەو پەیوەندییە ناشەرعییەوە دەیخەنەوە.

لە ئایین و دابونەریتی وڵاتانی خۆماندا تەنها لە ئامادەبوونی مەحرەمێکدا ڕێگە بە گفتوگۆ و یەکتربینینی دەستگیرانداران دراوە بەر لە هاوسەرگیری، وا چەندین سەدەشە خێزان هەر بەمجۆرە پێکهێنراوە و، جیابوونەوەش زۆر بە دەگمەن بووە و، لانە بەختەوەر و تەندروستەکان بەم شێوازە بنیاتنراون.



ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

«ئازادیی خانمانی موسوڵمان بە پێوەری ئەم دونیایە هەڵناسەنگێنرێت. ئەوانەشی ئازادی بە نکۆڵیکردن لە بوونی خودا و ڕێنماییەکانی ئایینی ڕەوانەکراوی ئەو دەبیننەوە لە کۆیلایەتییەکی ڕاستەقینەدان.

ئەو خانمانەی وەك کاڵایەکی بازرگانی یان وەك هۆکارێکی تێرکردنی ئارەزووەکان لێیان دەڕوانرێت چۆن سەربەستییەکیان هەیە؟»

گولای پناریاشی

«هەژمارکردنی دۆستایەتیی نێوان کوڕ و کچ پێش هاوسەرگیری بە پێویستییەکی گرنگ، خیانەتە لە بەها پیرۆزەکانی هاوسەرداری، چونکە لەو جۆرە دۆستایەتییەدا هیچ بنەمایەکی ئەخلاقی سنوور بۆ هەڵسوکەوتیان ناکێشێت».

پرۆفیسۆر فاگمە ئۆزان

10

هەنگاوی دەیەم

پێش هاوسەرگیری زۆر باش بیربکەنەوە، دواتر هەر زوو جیامەبنەوە!

تـازە دەسـتم بـە کاری مامۆسـتاییم کردبـوو و، وانـەم بـە قوتابیانـی پۆلـی سـێیەمی قۆناغـی بنەڕەتـی دەوتەوە. لـە نێـو قوتابییەکاندا خوشـك و برایەکی دووانـە هەبـوون بـە ناوی ئەحمـەد و زەینـەب، ئـەم دوو منداڵە چاوگەشـە لە سـووچێکی پۆلەکـە لـە جیهانـی خۆیانـدا ڕۆدەچوون.

جلوبەرگیـان تـا بڵێی کۆن شـڕ بـوو و، پێڵاوەکانیان دڕابوو و، جانتاشـیان نەبـوو، زۆر بەکەمیش دەفتەر و پەرتووکیـان بەکاردەهێنا.

لەگـەڵ ئـەم دوو خوێنـدکارە شـیرینەم پەیوەندییەکـی باشـم پێـك هێنـا و، زانیـم سـێ خوشـك و بـرای دیکەشـیان هەبـوو، دایـك و باوکیـان لەیەکتری جیابوویوونـەوە و، ئەمـان لای دایکیان مابوونەوە. باوکیشـیان بۆخۆی لەگەڵ ئافرەتێکـی دیکـەدا هاوسـەرگیریی کردبـوو و، لـە جێیەکی دیکـە دەژیا.

دایکیـان بەهـۆی جیابوونەوەکەیـان تووشـی (گرفتـی دەروونـی) بووبوو، لەبـەر کـەم دەرامەتیشـیان چارەسـەری پێویسـتی وەرنەگرتبـوو و لـە ئـازار و نارەحەتییەکـی زۆردابـوو، منداڵەکانیـش بە تـەواوی بـەدەردی خۆیانەوە و بێ سەرپەرشـت مابوونـەوە، هـەر پێنـج منداڵەکە نـەداری و کەساسـییان لێ دیار بوو.

بەپێـی توانـای ئـەو کاتەمـان لەگـەڵ برادەرانـدا هاوکاریـمان کـردن.
هەرچەنـدە مـن زۆر لـەوێ نەمامـەوە و، وەك مامۆسـتا گواسـترامەوە بـۆ ناوچەیەکـی دیکـە، بـەڵام دیمەنی ئەو خێزانـەم هەرگیز لەبەر چـاو لاناچێت، بەڕاسـتی زۆر دڵتەنـگ بـووم بۆیـان.

پـاش بیسـت سـاڵ، چـووم بـۆ (مـاڕاش) بـۆ ئامادەبـوون لـە ئاهەنگـی دەرچوونـی پەرتووکێکـم.. هـەر زوو لەگـەڵ خوێنەرانـدا کەوتمـە قسـە، بـەڵام لـە گەرمـەی قەرەباڵغییەکـەدا هەسـتم کـرد گەنجێکـی سـی سـاڵان لە سـووچێکدا لەگـەڵ دوو منداڵـی جواندا وەسـتاوە و، زوو زوو چـاو لە چاوم دەبڕێـت.

لەم هەڵسوکەوتەی تێگەیشتم و، بانگم کرد بۆ یەکتر ناسینێك، وتی:
«مامۆسـتا، بـا کەمێـك دەورتـان چـۆڵ بێـت، هەندێـك شـتی گرنـگ هـەن بۆتـان بـاس بکـەم».

ڕاسـتییەکەی مەراقـم بـوو تـا بزانـم ئـەم گەنجـە کێیـە، کاتێـك وردە وردە قەرەباڵغییەکـە نەمـا و بـە تەنیـا مامـەوە هـات بـۆ لام و وتـی:
«مامۆستا با دەستتان ماچ بکەم».

گەنجێکـی باڵا بەرزی ئەسـمەری خوێنگـەرم بوو، کە کچێـك و کوڕێکی منداڵـی پێ بـوو. منیش وتـم:
- ببورن بەڕێز، ناتانناسم.
- مامۆستا، جا چۆن ئەماننناسنەوە، وا بیست ساڵ تێپەڕبووە، من ئەحمەدم، براکەی زەینەب، خوشك و برا دووانەکە.
- ئای ئەحمەد! ئەوە تۆی؟!

ئـەو منداڵانـەی بیسـت سـاڵ لەمەویـەر لێیـان دوورکەوتمـەوە، هێشـتا ئـازاری دیداریـان لـە دڵـم دەرنەچووبـوو.
- ئەی زەینەب لە کوێیە؟

کەمێـك لەولاتـرەوە خانمێکـی باڵاپۆش -کە فرمێسـکەکانی بـە ڕوومەتیدا دەڕژان- وتی:
- ئەمەتام لێرە مامۆستا.

ئـای خوایـه گیـان تـۆ چەنـد مەزنیـت! بـه کام مـاڵ و سـامانی دونیـا ئەم خۆشـییەی من دەسـت کەس دەکەوێت؟ سوپاسـی بـێ کۆتام بـۆ زاتی تۆیە!

بینینـەوەی دوو قوتابـی کـز و کلۆڵـم، دوای چەندیـن سـاڵ و پـاش ئـەوەی هەریەکەیـان بووبوونـە کەسـێکی پێگەیشـتوو و بەرێـز چەنـد خۆشـییەکی بێوێنـە بـوو!

بەڕاستی گەر مامۆستایی تەنها ئەمە بەرامبەرەکەی بێت، بەسە.

بەرامبەر یەك دانیشتین. دیار بوو ئەوان زۆر شتیان هەبوو باسی بکەن.

دایکـە نەخۆشـەکەیان چاك بووبووەوە، بـەڵام وەفاتی کردبوو، باوکیشـیان لـە خێزانـی دووەمیشـی جیابوویـووەوە و چووبـووە دەرەوەی وڵات، ئیـدی نازانـن ماوە، مـردووە!

ئـەم پێنـج منداڵـە چەنـد سـاڵێك بەربەرەکانێـی ژیانێکـی زۆر سـەختییان کردبـوو، بە هاوکاریی خزمەکانیان لە کارەسـاتە ناخۆشـەکانی ژیان دەربازیان بووبـوو.. شـکور پـەروەردگاری کەسـی بێکەسـان ئەوانـی نەخسـتبووە بـەر دەسـتی ستەمکار و تاوانـکاران، ئـەم خوشـك و برایانـە تەنهـا لـە لایەنـە جوانەکـەی ژیانیـان ڕوانیبـوو و، بـە ئیمان و بـاوەڕەوە ژیانیان بەسـەر بردبوو.

ئەحمـەد و زەینـەب بووبوونـە مامۆسـتا، هەردووکیشـیان هاوسـەرگیریان کردبـوو و، ژیانێکـی ئاسـوودە و کامەرانیـان هەبـوو.

بـەڵام ئـەو وتانـەی زەینـەب لـە کۆتاییـدا بـە چـاوی پـڕ ئەسرینـەوە وتنی لەڕوانگـەی ئـەم باسـەمانەوە زۆر بەنـرخ و پـڕ بەهابـوون:

«مامۆسـتا ئەگـەر کـچ و کوڕ پێـش هاوسـەرگیری و لـە میانەشـیدا ژیرانە بیـر بکەنـەوە، ئـەوا هەرگیز بـە ئاسـانی جیانابنەوە.

ئێمـە زۆر بـاش بینیـمان و تێگەیشـتین کـە جیابوونـەوە چ کارەسـاتێکە، با کەسـانی دیکـەش ئـەم بـارە ناهەموارەیـان بەسـەردا نەیـەت، خـوای گـەورە ئێمـەی لـەم ڕۆژگارانـە دەربازکـرد، بـەڵام منداڵانـی هەمـوو ژن و مێردێکـی لەیەکجیابـووەوە ئـەم شانسـەیان نابێـت.

تەنهـا شـتێك ئێسـتا خەمـی لـێ بخـۆم باوکمـە، هەرچەنـدە ئـەو ئێمـەی وێـڵ و سـەرگەردان جێهێشـت، بـەڵام مـن لـە یـادم ناچێـت و، زۆر خەمـی

ئەومـە، هەمـوو شـەوێك خـەوی پێـوە دەبینـم، نازانـم مـاوە یـان مـردووە.. هێنـدەم بەسـە بـۆ جارێكـی تـر ببیینمـەوە.

بـا هیـچ کـەس خـۆی و خێزانەکـەی خانەسـەرگەردان نـەکات و، ئـەم حـەسرەت و مەینەتییـە تووشـی منداڵەکانـی نـەکات».

بەڵـێ ئەمـە تەنها مشـتێك بوو لە خـەرواری کارەسـاتەکانی جیابوونەوە کە بەسـەر منداڵەکانـدا دێـن، لـە هەمـوو خێزانێکی پەرتـەوازەی ئاوادا بـە وێنەی ئـەم ڕووداوانـە بەسـەر ئەندامەکانیدا دێن.

جیابوونەوە بەتەنها وشەیەك: «كارەساتە».

جیابوونـەوە كاریگەریـی زۆر خراپـی لەسـەر ژن و مێردەكـەش هەیـە، چونكـە هەیـە ڕق لـە هاوسـەرگیریی هەڵدەگرێـت و هەرگیـز جارێكـی تـر هاوسـەرگیری ناكاتەوە، هەیشـە چەندین سـاڵ لە ژێر كاریگەریـی ئازارەكانی ڕزگاری نابێـت، هەیشـە بەدبەخـت و ماڵوێـران بـووە...

بۆچـی بونیـادی خێزانـەكان هـەرەس دەهێنێـت؟ بۆچـی لانـەی خەیاڵ و خولیـای چەنـد سـاڵە دەبێتـە دۆزەخ؟ چـۆن ئەو هاوسـەرانەی خۆشەویستی یەكـتری بـوون، لەنـاكاو دەبنە دوژمنـی یەكتر و، ڕقیـان لەیەك دەبێتـەوە؟ ئەی بۆچـی لەیـەك جیادەبنەوە؟

ئەگـەر ئـەم كارەسـاتە زوو زوو ڕوودەدات، كەواتـە شـتێك هەیـە بـە هەڵە دەسـت پێـدەكات و، بـە هەڵـەش بـەردەوام دەبێـت و، ئەنجامێكی هەڵەشـی لـێ دەكەوێتەوە.

هـەر بۆیـە پێویسـتە كەموكورییـەكان بخرێنـەڕوو و شـی بكرێنـەوە و، ڕێگەچارەیـان بـۆ بدۆزرێتـەوە.

لـە ئێسـتادا جیابوونەوەی ژن و مێـرد و پەرتەوازەبوونی خێزانـەكان یەكێكە لـە گرفتـە سـەرەكییەكانی گشـت وڵاتانـی جیهـان، چونكـە گـەر بناغـەی خێزانـەكان لـە كۆمەڵگـەدا ڕووخـا، ئەوا هەمـوو كۆمەڵگـە دەهەژێـت، لەبەر ئەمـە هەمـوو میللەتـان بـە دوای چارەیەكـدا دەگەڕێـن بـۆ پێراگەیشـتن بـەم كێشـە مەترسـیدارە.

بەداخـەوە، لـە كۆمەڵگـەی ئێمەشـدا جیابوونـەوە بووەتـە نەخۆشـییەك

کە کۆمەڵگەی لە ڕەگ و ڕیشەوە هەژاندووە، بۆیە پێویستە زۆر بەپەلە چارەیەکی بۆ بدۆزرێتەوە و کۆمەڵگەی لێ بپارێزرێت.

بۆچی هاوسەرەکان لە یەك جیادەبنەوە؟

لەمڕۆدا لەبەر ئەوەی خێزان لەسەر بناغەی لاواز و بۆش بنیات دەنرێت، دارمانیشی زۆر ئاسان بووە، تەنانەت هەندێ هاوسەر لانەیان لەسەر بنەمای «گەر خۆشبەخت نەبووین جیادەبینەوە» بنیات دەنێن! ئەمەش نەریتێکی زۆر خراپە، چونکە لەگەڵ هەر جیابوونەوەیەکدا تەنها هاوسەرەکان نین زەبریان بەردەکەوێت، بەڵکو خێزانەکانیشیان و بەتایبەتیش منداڵەکانیان قوربانییەکی گەورە دەبن لەم کارەیاندا.

جیابوونەوە زۆر هۆکاری هەیە، گرنگترینیان لەم چەند خاڵەدا دەخەینە ڕوو:

١- بەگشتی جیابوونەوە زۆرتر لەو خێزانانەدا دەبێت کە هاوسەرەکان بەر لە زەماوەندکردنیان باش یەکتریان نەناسیوە.

٢- کێشە دەروونییەکان و نالەباریی هەڵسوکەوت لە هۆکارە گرنگەکانی جیابوونەوەن.

٣- گرفتە ئابوورییەکانیش هۆکارێکی دیکەی جیابوونەوە پێکدەهێنن.

٤- خۆتێهەڵقورتاندنی خزمان لە کاروباری خێزانێك و، قسە و پرتەوبۆڵەیان و، جیاوازیی نەریت و بیروبۆچوون کاریگەرییان لەسەر بەردەوامیی خێزان هەیە.

٥- کزبوونی بەها مەعنەوییەکان، مەی خواردنەوە، قومار کردن، زینا و کاری ئابڕووبەرووشێن لە گرنگترین هۆکارەکانی جیابوونەوەن.

٦- گیروگرفتە جۆراوجۆرەکانی ژینی جەنجاڵی شارەکان ڕێژەی جیابوونەوەیان بەرزکردووەتەوە، چونکە لە گوندەکاندا جیابوونەوە زۆر بە دەگمەنە.

جیابوونەوە نەخۆشییەکی کۆمەڵایەتییە کە زیاتر لە شارەکاندا بەدیدەکرێت، بەڵام ئەوەی جێی بایەخە ئەوەیە لەو شوێنانەی بیروباوەڕە ئایینییەکان و دابونەریتەکان بە توندوتۆڵی پەیڕەو دەکرێن

ڕێــژەی جیابوونـــەوە زۆر کەمـــە.

٧- جیابوونەوە زیاتر لە پێنج سـاڵی سـەرەتای هاوسـەرگیریدا ڕوودەدات، هـەر بۆیە پێویسـتە هاوسـەران لەم چەند سـاڵی سـەرەتای پێکـەوە گونجانەدا زۆر وریـا بن.

٨- جیابوونـەوە لـەو خێزانانـەدا کە منداڵیـان نییە زیاترە لـەو خێزانانەی کە منداڵیـان هەیـە، واتە منداڵ پایەیەکی گرنگە کە خێزانی لەسـەر ڕادەوەسـتێت.

٩- ئـەو خێزانانـەی ئامادەکاریی پێویسـتیان بۆ هاوسـەرگیری نەکردووە و، پاڵپشـت و بناغەیەکـی مـاددی و مەعنەویـی پتەویان پێك نەهێنـاوە زۆر کات ڕووبەڕووی هەڕەشـەی جیابوونـەوە دەبنەوە.

١٠- بەهیـوای چارەسـەربوونی هەندێـك کێشـە لـە پـاش هاوسـەرگیری هەڵەیەکـی حاشـا هەڵنەگـرە، چونکـە زۆر کات ئـەم هیوایـە ناتوانێـت خێزان ڕزگار بـکات، بگـرە هاوسـەرگیری بـەم قەناعەتـەوە بۆخـۆی هەڵەیەکـی زۆر گـەورە دەبێت.

١١- مـەی خواردنـەوە و خـووە خراپەکانـی دیکـەش لـەو ئافاتانـەن کـە خێـزان هـەڵ دەوەشـێننەوە، بۆیە پێویسـتە بـەر لـە هاوسـەرگیری دڵنیابنەوە لە بـوون و نەبوونـی ئـەم ئالوودەبوونانـە لـە بەرامبەرەکەتانـدا.

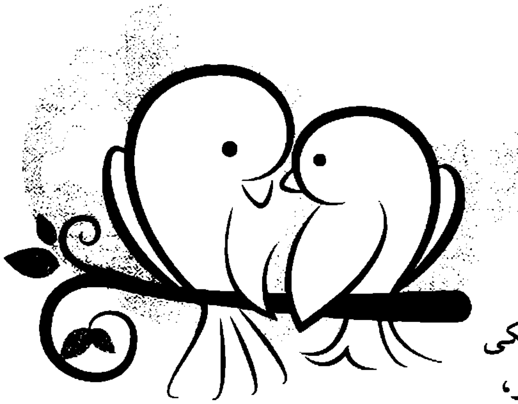
١٢- دروسـت نەبوونـی ڕێـز و پیرۆزیـی و هەسـتی بەرپرسـیاریەتی لـە خێزانـدا یەکێکـی دیکەیـە لـە هـۆکارە سـەرەکییەکانی جیابوونـەوە.

پێویسـتە ئەوانـەی نیـازی هاوسـەرگیریان هەیـە، واقیعبینانـە لـە شـتەکان بڕوانـن و، خۆیـان لـە دونیـای خەیـاڵات دەربـاز بکـەن و، لـە هۆکارەکانـی جیابوونـەوە بکۆڵنـەوە و، وریـای ئـەوە بـن تـا چەندێـك دەتوانـن بەسـەر کەموکورتییەکانیانـدا سـەربکەون.

گەر گەیشـتنە ئـەو قەناعەتەی هیـچ گرفتێکی زەقیان نەهێشـتووە ئەو کات بـا زەماوەند بکەن.

تەنها بەچەند سەردێڕێکیش باس لە زیانەکانی جیابوونەوە و، کاریگەرییەکانی لەسەر تاك و کۆمەڵگە دەکەین:

١- جیابوونەوە، هیواکانی دوو دڵ دەشواتەوە و، بیر و هۆشیان پەرتەوازە



دەکات و، ڕێگە بۆ کێشەی دەروونی و ئابووریش دەکاتەوە.

٢- زۆر جار هاوسەرە جیابووەوەکان وەك کاردانەوەیان بۆ هاوسەرگیری یەکەمیان، جارێکی دیکە هاوسەرگیری دەکەنەوە و، ئەمجارەشیان ژیانی هاوبەشیان تەمەنێکی درێژی نابێت.

٣- هاوسـەگیری لـە چـاوی ئـەو کەسـانەدا دێوەزمەیەکـە و، تـا کۆتایـی تەمەنیـان لەگەڵیانـدا دەمێنێتـەوە.

٤- ئەگـەری دەسـتدانە خـوو و ئالودەبوونـە خراپـەکان لەلایەن هاوسـەرە جیابووەوەکانـەوە زۆر بـەرزە.

٥- ڕۆژگارێکـی زۆر سـەخت لـە چاوەڕوانـی خانمـە جیابووەوەکاندایە، هەندێـك جاریـش بـەرەو هەڵەگەلێکیان پەلکێـش دەکات کە ڕەنگـە بە گیانی خۆیـان باجەکـەی بدەن.

٦- حاڵـی منداڵەکانیشـیان کارەسـاتە بۆخـۆی، چونکـە ئـەو منداڵانەی لە سـۆز و میهرەبانـی و پاڵپشـتیی خێـزان دابـڕاون مەترسـین بۆ سـەر کۆمەڵگە، جگـە لەوەش دەبنـە سـەرچاوەی دڵتەنگیی خۆیـان و دەوروبەرەکەشـیان.

بـە کورتـی، جیابوونـەوە کارەسـاتێکە بـۆ سـەر تـاك و کۆمەڵگـەش، هەر بۆیـە پێویسـتە ڕێگەچـارەی بـۆ بدۆزرێتەوە.

ڕێـژەی ئـەم کارەسـاتە لـە وڵاتانی خۆشـماندا بـە ڕادەیەك زیـادی کردووە کە جێـی گرنگـی پێدانە.

بـۆ نموونـە لـە وڵاتێکـی وەك تورکیـادا، لـە دە سـاڵی ڕابـردوودا بەرزبوونەوەیەکـی بەرچـاو لـە ژمارەی سـکاڵا تۆمارکراوەکان بـۆ جیابوونەوە بەدیدەکرێـت، لـە سـاڵی (١٩٨٦)دا (٦٠٨٦٥) کـەس لـە دادگا سـکاڵای تۆمارکـردووە بـۆ جیابوونـەوە، بـەڵام لـە پـاش دەسـاڵ ئـەم ژمارەیـە بەڕێژەی (٧٢٪) بەرزبووەتـەوە و، بـووە بـە (١٠٤٨٥١) کـەس.

ڕێژەی جیابوونەوە لە ساڵی (١٩٧٠) و (٢٥)ساڵی دواتردا (بۆ هەر سەد کەسێك):

١٩٩٥ (٪)	١٩٧٠ (٪)	وڵات
٥٨,٤	٤٢,٣	ئەمریکا
٤٤,١	٢٣,٤	سوید
٤٤	٢٥,١	دانیمارك
٤١,٧	١٦,٢	ئینگلتەرا
٣١	٢٥	هەنگاریا
٣١,٥	١٢	فەرەنسا
٣٨,٣	١٨,٦	کەنەدا
٨,١	١١,٢	هۆڵەندا
٢	٥,١	یۆنان
٨	٥	ئیتاڵیا
٠,٠٥	-	تورکیا

بە پێی تۆماری دادوەری و بەڕێوەبەرایەتی گشتی ئامار، ڕێژەی جیابوونەوەکان لە تورکیادا بەمجۆرە بووە:

ژمارەی کەسەکان	ساڵ
٦٠٨٦٥ کەس	١٩٨٦
٦٠١٤٠ کەس	١٩٨٧
٨٠١٥٨ کەس	١٩٨٨
٧٥٨٢٠ کەس	١٩٨٩
٧٧٢٣٣ کەس	١٩٩٠
٨٥١٣٢ کەس	١٩٩١
٨٨٧٨٨ کەس	١٩٩٢
٨٨٨٧٧ کەس	١٩٩٣
٩٥٤٩٥ کەس	١٩٩٤
١٠٣٢٠٣ کەس	١٩٩٥
١٠٤٨٥١ کەس	١٩٩٦

بەپێی ئەو ڕوولەزیادبوونەی لە ڕێژەکانی نێو ئەم خشتانەدا هاتووە زۆر پێویستە بێ سێ و دوو کردن بکەوینە گەڕ و بەدوای چارەسەردا بگەڕێین.

چارەسەرەکان بۆ ڕزگارکردنی خێزان لە جیابوونەوە:

گەر لە بناغەی ئەو هۆکارانەی کە هەڕەشەن بۆسەر هاوسەرداری وردبینەوە، دەبینین بەگشتی دوورکەتنەوە لە بەها ڕەسەنەکان و، دابڕان لە ئایین و دابونەریت، لە پشت زۆرینەی جیابوونەوەکانن. بە واتایەکی دیکە: کاتێك هاوسەرەکان لە بنەما ئیسلامییەکان دوورکەوتنەوە و، هۆکاری بوونی خۆیانیان وەك مرۆڤ پشتگوێ خست، ئەو کات ژمارەی لانە تیکچووەکانیش زیادی کرد.

لەو خێزانانەدا کە لەسەر بنەما ئیسلامییەکان پێکهاتوون نەگونجان و نائارامیی هێندە بوونی نییە و، گەر شتێکی لەوجۆرەش لەم لانانەدا هەبێت، ئەوا هەڵە و کەموکورتی لەو بنچینانەدایە کە بۆ ئاسوودەبوونی خێزانەکەیان دایانناون، چونکە هاوبەشبوونی ئایین و یەکێتیی بیروڕا و خوڕەوشتی جوان گرنگترین پایەی چارەسەری کێشەکانن.

هەر لەبەر ئەمەشە پێغەمبەرمان (دروودی خوای لێ بێت) ئایین و ڕەوشتی وەك باشترین پێوەری هەڵبژاردنی هاوسەر داناوە، ئەگەر نا ئەو لانانەی لەسەر بنەمای جوانییەکانی دونیا و ماڵ و سامان بنیات نراون، لە نائارامی و لێکتێنەگەیشتن پارێزراو نابن.

دەکرێت ڕێگەچارەکانی دیکەش لەم چەند خاڵەدا بەکورتی باس بکەین:

١- هەوڵ بدەن گوێ بۆ یەکتری ڕابگرن و، لە یەکتری تێبگەن و ڕای یەکترتان لا پەسەند بێت.

٢- تا دەتوانن کاتی زۆر بۆ یەکدی تەرخان بکەن، چونکە تا ساتەکانی پێکەوەبوونتان زیاتر بێت، لێکتێگەیشتن و نزیکبوونەوەشتان زیاتر دەبێت.

٣- وریای بەرهەڵستی و تووڕەبوون و هەڵسوکەوتی زویرکار بن، قسەکانتان بە ڕەقی و چاوسوورکردنەوە دەرمەبڕن، بەڵکو هەوڵ بدەن بە نەرمونیانی و لەسەرخۆییەوە بدوێن.

٤- زووزوو بەو قسە و هەڵسوکەوت و دیارییانەی کە بەرامبەرەکەتان حەزی لێیانە دڵی ڕازی بکە.

٥- ستایشی کارەکانی یەکتری بکەن و، بڵێن کە ئەو کارەتان بەدڵ بووە.

٦- خۆشەویستییەکەتان لە ناختاندا مەشارنەوە، بەڵکو دەریببڕن بۆ یەکتری.

٧- لەو هەڵسوکەوت و پەیوەندییانە دووربکەونەوە کە قسە و قسەڵۆك دەهێننە سەرتان.

٨- خانووی خۆتان بکڕن و، لە کرێنشینی دووربکەونەوە، خەرجییەکانتان ڕێکبخەن و، خۆتان لە کێشە ماددییەکان ڕزگار بکەن.

٩- با منداڵتان ببێت و، خۆشەویستێکی هاوبەشتان هەبێت، چونکە منداڵ لە گرنگترین ڕاگرەکانی خێزانە.

١٠- لە خزم و هاوڕێ خراپەکانتان دووربکەونەوە.

١١- ڕێز بۆ ڕیشسپی و گەورەکانی بنەماڵەی یەکتری دابنێن، با لە دوعای خێری ئەوان بێبەش نەبن.

١٢- هاوەڵ و دۆستی بە ئەمەك و، ژینگەیەکی جێی متمانە پەیدا بکەن.

١٣- کارەکانتان بەباشی بکەن و، لەگەڵ هاوکارەکانتاندا بەباشی کات بگوزەرێن.

١٤- لە ڕەوت و بیروڕا زیانبەخشەکان دوورەپەرێز بن.

بیرتان بێت! جیابوونەوە کارەساتێکە! ڕزگارکردنی خێزانیش لێی سەرکەوتنە، کەواتە با ئێوە وەك پاڵەوانی سەرکەوتوو دەربکەون، ئەگەرنا دەبنە کەسانێکی شکستخواردوو و بێبەش لە سۆز و خۆشەویستی.

پێغەمبەر (د.خ) دەفەرمووێت:

"ئەو کەسەی ئافرەتێك تەنها بۆ جوانییەکەی و سامانەکەی دەخوازێت ئەوا لە هەردووکیان بێبەش دەبێت، بەڵام گەر کەسێك ئافرەتێکی لەبەر دینداریی خواست، ئەوا پەروەردگار هەم ماڵەکەیشی و هەم جوانییەکەیشی دەکاتە نسیبی".

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

"کچێکی خراپ نابێتە هاوسەر و ژنێکی باش".

بنیامین فراکلین

"هەموو خانمێکی باش، قەڵغانێکی پیرۆزی پیاوە".

خالیدە ئەدیپ ئادیڤار

"گەر دەتەوێت ژیرانە هاوسەرگیری بکەیت، ئەوا لەگەڵ هاوشانی خۆتدا هاوسەرگیری بکە".

ئۆڤیدوس

11

هەنگاوی یانزەیەم

«ئازادیی سێکسی» کۆیلایەتییە!

«بە ناوی (ئازادیی سێکسی)یەوە گەنجان ڕژانە سەر شەقامەکان و، پڕوپاگەندەی ئەوەشیان کرد کە ئازادییەکی بێگەرد و خەوشە. باشە ئەمە ئازادی بوو یان کۆیلایەتی؟
بەوپێیەی ئازادیی سێکسی سنوورێکی نییە، دەرەنجامەکانیشی کارەساتێکن بۆخۆیان. ئەوەتا لە ئێستادا وڵاتانی ڕۆژئاوا بەدووی چارەدا وێڵن بۆ دەربازبوون لەم گرفتە».

د. ئێدوارد بیڵ

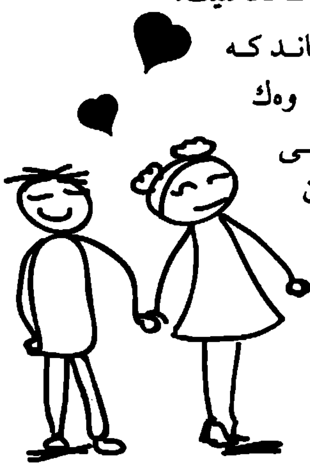
ئەو ڕەوتەی بە ناوی (ئازادیی سیکسی)یەوە لە ئەورووپا و ئەمریکادا سەریهەڵداوە، بووەتە کارەساتێکی کۆمەڵایەتی.

ئەو خێزانە موسوڵمانانەی دابونەریت و باوەڕ تێیاندا بەهێزە بە توندی بەرهەڵستی ئەم ڕەوتە دەکەن، بەڵام ئەوانەی بەها مەعنەوییەکان تێیاندا بەهێز نییە، زیانی زۆرییان لەم ڕەوتە بەرکەوتووە کە بانگەشەی ئازادیی ڕەها و بێ سنوور دەکات.

ئازادیی سێکسی، بە واتای ئەوە دێت: (گەنجەکان چۆنیان ئارەزوو لێیە بەو جۆرە بژین)، بەڵام ئایا ئەمە بەڕاستی ئازادییەکی بێ خەوشە؟ یاخود بناغەی بەها پیرۆزەکان دادەڕمێنێت و، بەها مەعنەوییەکانی کۆمەڵگە لەناودەبات؟

(ستينێت)ی دەروونناسی ئەمریکی -ئەو وڵاتەی زۆرترین زەبری لەم بزووتنەوەیەوە بەرکەوتووە- وەڵامی ئەم پرسیارە دەداتەوە:

«ئازادیی سێکسی بەرنامەیەکە بەهەڵە دەست بە پەیڕەوکردنی کرا و، بەهەڵە بەردەوام بوو و بە ئەنجامی هەڵە و خراپیش گەیشت، وتمان با لاوەکان شوناسی جەستەیی خۆیان بدۆزنەوە، بەڵام ئەم بیرۆکەیە کارەساتی زۆری لەگەڵ خۆیدا هێنا، چونکە ئارەزووی سێکسی یاسا ناناسێت.



هەروەها ئەمە زیانی زۆریشی بەوانە گەیاند کە ویستیان پێشی پێ بگرن. ئەو گەنجانەی وەك دەستەمۆی ئارەزووەکانیان گۆش بوون، مافی تاك و ئابڕووی خێزان و ئەخلاقی کۆمەڵگەیان شێواند.

زەرەمەند و قوربانیی ئەمەش کچانی پەراوێزخراو و منداڵی بێ سەرپەرشت و بەستەزمانن. هەر بۆیە پێویستە هەموو کۆمەڵگەیەك بە لەبەرچاوگرتنی سروشتی تاکەکانی خێزانەکان بەهێز بکات، لەمەشدا سوود لە زانست و ئەزموونی پیاوانی ئایینی و ئامۆژگاریکار بینێت و، کچان و کوڕانی لەو دێوەزمانە ڕزگار بکات و، بە بەها پیرۆزەکانی خێزان شادیان بکاتەوە.

پێویستە هەرچی زووە جیهان قەبارەی ئەو مەترسییانە بەهەند وەربگرێت کە بەناوی ئازادیی سێکسییەوە بڵاو دەبنەوە.. هەر بۆ ئەم مەبەستەش دەبینین لە وڵاتانی وەك ئەمریکا، فەرەنسا، ئەڵمانیا، ئینگلتەرا و زۆر وڵاتی دیکەشدا پرۆژەیەکیان خستووەتە گەڕ بە ناوی (گەڕانەوە بۆ خێزان) بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی ئەم مەترسییانە.

«ئازادیی سێکسی» چی بە خانمان بەخشیوە و، چیشی لێ سەندوونەتەوە؟

زۆرێك لە وڵاتانی پێشکەوتوو، لە بەرامبەر ئەو ڕاستییەی کە ئازادیی سێکسی ڕەوشتی خێزان و دواتریش کۆمەڵگە لە ڕیشەوە دەردەهێنێت و،

متمانـەی خێزانـی ناهێڵێـت، پـرۆژەی (گەڕانـەوە بـۆ خێزان)یـان خسـتووەتە بـواری جـێ بەجـێ کردنەوە.

لەمەشـەوە تێدەگەیـن کـە بڵاوبوونـەوەی ئـەم سەربەسـتییە بـێ سـنوور و ڕەهایـە مەترسـییەکی زۆر گەورەیـە بۆ سـەر کۆمەڵگە و، پێویسـتە (سـێکس) وەك پەیوەندییەکـی ڕۆحـی و پیـرۆز لە نـاو خێزاندا بە شـێوەیەکی ڕێگەپێدراو (شـەرعی) بوونـی بپارێزرێت.

گەورەتریـن زیانـی ئـەم ڕەوتـەش ئـەو فشـارە دەروونییـە نەرێنییەیـە کـە لەسـەر مرۆڤـی دروسـت دەکات، چونکە ئـەم بیرۆکەیە خۆشویسـتنی مرۆڤ لـە مەیدانـدا ناهێڵێت و، لە هەموو جۆرە پەیوەندییەکی هەسـت و سـۆز ئامێز دایدەبڕێـت و، پەیوەندییەکانـی بـەرەو کاتیـی بـوون و دەمودەسـتی ئاڕاسـتە دەکات، کـە ئەمـەش مرۆڤـەکان دڵتەنـگ دەکات.

هەریـەك لە ئایـدز و، هەمـوو نەخۆشـییە زایەندییەکان و، دەسـتدرێژی و، کوشـتن و، خەمۆکی و، خۆکوشـتن و، ئالودەبوون بە مادده هۆشـبەرەکان و، قەیرانـە ڕۆحییەکان سـەرئەنجامی ئازادیی بێ سـنووری سێکسـین.

تـا دێـت گەردەلوولـی ئـەم ئازادییە لـە ڕۆژئـاوا کێشـە و مەینەتـی زیاتری لـێ دەکەوێـتەوە. بۆیـە تەنانەت خانمـە ئەمریکییەکان دانیان بـەوەدا نا کە ئەم ئازادییـە ڕووپۆشـێکە و مرۆڤـەکان و بەتایبەتـی ئافرەتـان دەکاتە کۆیلە.

تـرس و بیمـی ڕاسـتەقینەی ڕۆژئـاوا لـە سـاڵانی هەشـتاکانەوە بـە سـەرهەڵدانی ئایـدز دەسـتی پێکـرد.. یەکێکـی دیـش لـەو زیانانـەی ئازادیی سێکسـی ڕووبـەڕووی کۆمەڵگەی کـردەوە، پەیدابوونی مەترسـی نەخۆشـییە گـوازراوەکان بوو.. کـە بەهۆی پێکەوەژیانی ناشـەرعییەوە سـەریان هەڵدا و، لـە ئێسـتادا وڵاتانـی ڕۆژئـاوای بەخۆیـەوە سـەرقاڵ کـردووە.

زۆرن ئەوانـەی ژیانیـان بـە هـۆی نەخۆشـییە گوازراوەکانەوە لـێ تاڵ بووە و، تەنانـەت کەسـی وا هەیـە لـە ترسـی ئایـدز خـۆی کوشـتووە! لـە ئێسـتادا ملیۆنـان خەڵکـی ڕۆژئاوایـی لـەم گێـژاوەدا دەژین.

ئەگەر هەموو ئەمانە لەبەر چاو بگیردرێن، ئەوا تێدەگەین کە سەربەستیی سێکسی نە بۆ کوڕ و نە بۆ کچ هیچ سوودێکی نییە، بگرە مەترسییەکی گەورەیە بۆسەر ژیانی تاك و خێزان و کۆمەڵگەش.

لەلایەکـی دیکـەوە ئاکامەکانی ئـەم سەربەسـتییە زیاتر لە زیانـی خانمانە، چونکـە پیـاو دەتوانێـت دوای بەسـەر بردنـی ئـەو ژیانـەی ئـارەزووی لێبـووە دەسـتبەرداری ئافرەتەکـە ببێـت و بـڕوات، بـەڵام ئایـا ئافـرەت دەتوانێـت لـە کۆتاییـدا بێباکانـە خـۆی ڕزگار بـکات؟! لەڕاسـتیدا بچێتـە هـەر جێیەکـی کۆمەڵگـە لـە ژێـر فشـاری دەروونیـدا دەبێـت، هـەر بەچـاوی (ئافرەتێکـی خـراپ)ەوە لێـی دەڕوانـن، هەمـوو فەرامۆشکردنێکیشـی دارمانێکـی گـەورە دەبێـت بـۆ دەروونـی».

(جـۆرج هاملتـۆن)ی ئەکتـەری ئەمریکـی دەڵێـت:«ژن بـە دوای پیاوێکدا دەگەڕێـت کـە بـە ڕەفتـار بیسـەلمێنێت یـا پێـی بڵێـت: (مـن پیـاوم، خەمـت نەبێـت ئـاگاداری تـۆ دەبـم)»، واتـە دان بـەوەدا دەنێـت کـە خانمـان پـتر لـە ژیانێکـی ئـازاد، هیـوادارن لەگـەڵ پیاوێکـدا بژیـن کـە بەرپرسـیارییەتییان لـە ئەسـتۆ بگرێت.

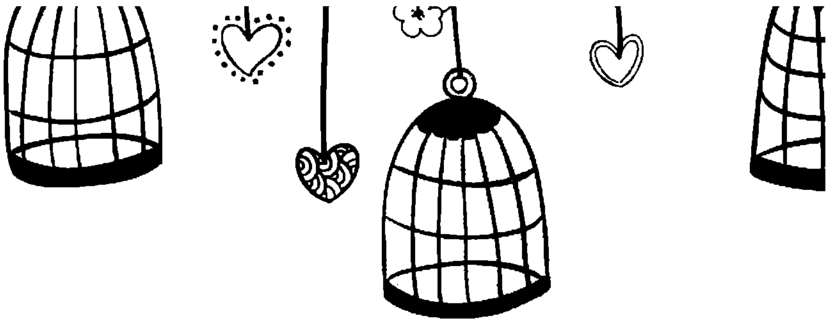
لەبـەر ئـەم هۆکارانـەی باسـمان کردن تـا دێت بایەخـی ئازادیی سێکسـی وردە وردە لـە ڕۆژئـاوادا کـەم دەبێتەوە.

لـە ئەمـڕۆدا بەهـای خێـزان، وەك سـەرچاوەی ئـەو خۆشەویسـتی و میهرەبانییـەی هەمـووان وێڵـن بەدوویـدا لـە زیادبووندایـە، بـە بۆچوونـی توێژەرەوانیـش: «ئـەو خێـزان و دایکایەتییەی لە حەفتاکاندا پشـتگوێ دەخرا و بەهـای بـۆ دانەدەنـرا، ئێسـتا هەمـووان بـە داخ و حەسرەتـەوەن بـۆی».

بـە پێـی لێکۆڵینەوەیـەك: (٦٠٪)ی خانمانـی ڕۆژئاوایـی لەهەر سـاتێکدا پیاوێکـی ڕاسـتگۆ بێتـە داوایـان، ئامـادەن هاوسـەرگیریی لەگـەڵ بکەن.

مامۆسـتا سـەعیدی نوورسـی، کـە بەندکردنی ئافرەتـان لە بازنـەی ئازادیی سێکسـیدا بەکارەسـات ناودەبـات، دەرخسـتەیەکی جوانی وتووە:

«ئەگـەر پیـاو لەپێنـاوی لەزەتێکـی هەشـت خولەکیـدا تووشـی کارێکـی خـراپ ببێـت، ئـەوا تەنهـا چەنـد لیرەیـەك زیانی لـێ دەکەوێت، بەڵام سـزای لەزەتێکـی هەشـت خولەکیـی ئافـرەت کۆڵێکـی قورسـی هەشـت مانگـی و، ئەرکی پەروەردە و بەخێوکردنی منداڵێکی بێ کەسـە بۆ ماوەی هەشـت سـاڵ! واتـە ئافرەت لـە خراپەکاریدا بە پیاو ناگاتـەوە، بەڵام تۆڵـەی خراپەکارییەکەی چەندیـن جـاری تۆڵە و سـزای پیاوە.



ئەم ڕووداوانە بەڵگەن لەسەر ئەوەی « ئافرەتان» چەند بەدیهێنراوێکی پیرۆزن و کانگای ڕەوشتە بەرزەکانن. چونکە دەتوانین بڵێن ئافرەتان توانا و قابیلیەتی خراپکارییان بۆ چەشتنی تام و لەزەتی دنیا نزیکە هەر تێدا نەبێت. واتە ئافرەتان چەند بەدیهێنراوێکی پاك و پیرۆزن، بۆ ئەوە بەدیهێنراون تاکو لە چوارچێوەی پەروەردەی ئایینی ئیسلامدا ژیانێکی خێزانیی پڕ بەختەوەری بەسەر ببەن.

زانایەکی ئەمریکیش بە ناوی (واکسلەر) هاوشێوەی بۆچوونەکەی مامۆستا سەعیدی نوورسی، دەڵێت:

«هەموو پەرتووکە ئاسمانییەکان خێزانیان لە ناو دامەزراوە پیرۆزەکاندا هەژمار کردووە، چەندین سەدەش ئەو مرۆڤانەی ملکەچی ئەم پەیمانی هاوسەرێتییە بوون بە ئاسوودەیی ژیاون.

بێ سوودیی و خراپیی ئازادیی سێکسی لەو کەسانەدا بە ڕوونی هەست پێ دەکرێت کە بە دڵشکاوی و خەمباری ماونەتەوە.

تەنها چارە بۆ ئەمەش گوێ ڕادێرانە بۆ پەیامە ئاسمانییەکان و بنیاتنانەوەی خێزانە».

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

"ئەو کەسانەی پەیڕەویی (ئازادیی سێکسی)
دەکەن، بەو ئاژەڵانە دەچوێنم کە ئارەزووە جەستەییەکانیان بە ئاشکرا
بەتاڵدەکەنەوە.. بە ڕای من ئەمە کارەسات ڕووبەڕووی کۆمەڵگە دەکاتەوە".

شوله یوکسێل شێنلێر

"یەکێك لەو تایبەتمەندییە گرنگانەی مرۆڤ لە ئاژەڵ جیادەکاتەوە ئەوەیە
دامێنی دەپارێزێت".

د. ڕەیحان سۆنگار

"(ئازادیی سێکسی) ئازادی نییە، بەڵکو کۆیلایەتییە، چونکە ئەوانەی
بە ئاشکرا سێکس دەکەن، لە ژێر مەترسیی سەدان چاوی برسیی و
خیانەتکاردان".

تۆلین سۆمۆنجو ئۆغلۆ

"خانمە موسوڵمانەکان بەختەوەرن، چونکە خەمی ئەوەیان نییە تووشی
ناپاکییەك ببن و ناچاربن خۆیانی لێ دەرباز بکەن".

ئامینە شێنلیك ئۆغلۆ

"ئازادیی سێکسی ڕاستەقینە لەنێوان ژن و مێرددایە لە ماڵەکەی خۆیاندا،
چونکە ترسیان نییە و، حەڵاڵیشە بۆیان".

د. سێلڤیناز ئوسلۆ

12

هەنگاوی دوانزەیەم

کارەساتی «پەیوەندییی نهێنی» لە خێزاندا و، کۆتاییەکی دڵتەزێن

ئەو هاوسەرانەی لە دەرەوەی سنووری خێزاندا (پەیوەندییی نهێنی) یان هەیە زۆر شتییان لەدەست دەدەن، سەرەتا ڕێز و شکۆی خۆیان، پاشان هاوسەر و منداڵەکانیان...
زۆرن ئەوانەی لەم پێناوەدا پیشە و کەسایەتی و تەنانەت گیانی خۆشیان داناوە.

پ. د. سەفا سەیگوڵا

من بۆخۆم لە نزیکەوە شاهیدی کارەساتێکی (پەیوەندییی نهێنی) بووم.
یەکێک لە دەوڵەمەندە ڕێزدارەکانی ناسیاومان ڕووبەڕووی هەندێک قسەوقسەڵۆک بووەوە، تەنانەت لە کۆتاییدا ناچاربوو خێزان و منداڵەکانی جێ بهێڵێت.

ئەو خانمەی لە ڕێی ئەو پەیوەندییەوە هاتە ژیانییەوە، بەڵایەکی وای بەسەر هێنا کە لەماوەی تەنها یەك ساڵدا گشت سەروەت و سامانەکەی لەدەست دا و، چووە خانوویەکی کرێوە.. پاشان وەك کەسێکی ئاوارە و بێدەرەتان فەرامۆش کرا و، بە تاقی تەنیا مایەوە، ئاخر ئەو ڕێگەیەکی گرتبووە بەر کە گەڕانەوە لێی نەبوو.. بێگومان هاوسەرە کۆنەکەی و منداڵەکانیشی قبوڵیان نەکردەوە.

ڕۆژێك ئەم دەوڵەمەندە خانەخوێیەم لە بازاڕی کرێکاران بینی کە خاکەنازێکی بەدەستەوە بوو و چاوەڕوانی ئەوە بوو یەکێ بێت و کارێکی پێ بدات..

بەم دیمەنەی ناخم گڕی تێبەربوو! بەڕاستی ئەمە نموونەیەکی زۆر پەندئامێزی بێ وەفاییە لە ئاست خێزان و هاوسەردا.

سەرەتا ویستم خۆم بەهەڵەدا بەرم و خێرا لەوێ تێپەڕم، بەڵام ئەو منی بینی و بانگی کردم:

«مامۆستا!»

منیش گەڕامەوە لای و توند دەستیم گوشی. دیار بوو ئەو هێندە شەرمەزار بوو خواخوای بوو ئەرز کون ببێت و ئەم هەڵ لووشێت.

بە چاوە پڕ فرمێسکەکانی ئاماژەیەکی بۆ ئەو کرێکارانە کرد کە لەوێ وەستابوون و وتی:

«ئەبینن مامۆستا! ساڵانێك من کارم بەم کەسانە ئەدا و سکیانم تێر ئەکرد، بەڵام ئێستا لەگەڵ ئەواندا چاولەڕێی پاروە نانێکم».

بە پشتەدەستی فرمێسکەکانی سەر ڕوومەتەکانی سڕی و چاوە پڕ فرمێسکەکانی لە چاوانم بڕی و بە دەنگێکی کز و ماتەوە وتی:

«مامۆستا! دادپەروەریی خوا زۆر مەزنە، من شایەنی زۆر لەمە زیاترم، زۆر...

وامدەزانی دەستی دەوڵەمەندی و پارە و سامان بە هەموو شتێك ئەگات، لەبەر ئەمە ژنەکەم -کە هەموو شتێکم بوو- لەگەڵ منداڵەکانمدا جێهێشت و، دەستم دایە هەڵەیەك کە خوا قەدەغەی کردبوو، پەروەردگاریش کارەکەی تا دادگایی دواڕۆژ پەکنەخست و، هەر لەم دونیایەوە سزای منی دەست پێکرد.

زۆر خەمبارم، زۆر خەتابارم، زۆریش بێچارەم، بەڵام هۆی سەرەکی خەمباریی من داماویم نییە، پەژارەی من بۆ ئەو هەڵەیەیە کە بەرامبەر بە باشترین و پاکترین دڵی ئەم دونیایە کردم کە خێزانەکەمە و، ئەو تاوانانەش کە دەرهەق بە منداڵەکانم کردمن، خەمبار و شەرمەزاربوونی ئەوان بەهۆی باوکێکی وەك منەوە لەناوم دەبات، تەنها دەرد و ئازاری من ئەمەیە».

زۆر لەسـەر ئـەم حاڵـەی نەمایەوە، ئـەو پیاوەی بـە دەوڵەمەنـدی ناسرابوو و، کاری بـە خەڵـك دەدا، ڕۆژێـك کـە لـە مەیدانـی کرێـکاران دەبێـت بۆ نان پەیـدا کـردن سـەکتە لێـی دەدات و دەمرێت...

ئـەم ڕووداوە وەك بەڵگەیـەك لـە بەرامبـەر بـێ وەفایـی بەرامبـەر خێزانـدا دەمـاودەم لـە نێـو خەڵکـدا دەگوازرێتـەوە.

پێویسـتە ژن و پیاو ئەو بەرپرسـیاریەتیانەی لە ژیانی هاوسـەریدا دەکەوێتە سـەر شـانیان بـە جوانـی و پوختـی هەڵبگـرن و، دڵسـۆزی و بەوەفاییـان لـە ئاسـتێکی شـیاودا بێت.

پێویســتە دڵســۆزی و هەســتی بەرپرســیاریەتی هــەر لەکاتــی دەســتگیرانداریەوە لەلایــەن هــەردوو لاوە دەســت پێبــکات. گــەر لــە ئایینــە پیرۆزەکەمــان یاخــود دابونەریــت یــان هــەر یاســایەك بڕوانیــن، دەبینیـن ئـەرك و بەرپرسـیاریەتیەکانی ژن و مێردیـان زۆر بـە ڕوونـی و بـێ هیـچ گومانێـك خسـتووەتە ڕوو. دەبێـت هاوسـەرەکان هـەر لـە قۆناغـی دەسـتگیرانداریانەوە فێـری لـە ئەسـتۆگرتنی ئـەم بەرپرسیاریەتیسـانەیان بین، چونکـە گرنگتریـن بنەمـای خۆشـبەختی خێـزان هەسـتی بەرپرسـیاریەتی و متمانـە و ڕاسـتگۆییە، گـەر هاوسـەرەکان پەیوەسـت نەبـن بـە یەکـتری و خێزانەکانیشـیانەوە، ئـەوا ئەسـتەمە ئاسـوودەییەکی درێژخایـەن بـاڵ بەسـەر ماڵەکەیانـدا بکێشـێت.

هەندێـك کـەس هـەن فیـداکاری بەرامبـەر کەسـانی دیکـە دەنوێنـن و بەرپرسـیاریەتیی خەڵکـی تـر لەئەسـتۆ دەگـرن، کەچـی لـە هەمبـەر هاوسـەرەکانیاندا بـەو شـێوەیە نیـن، تەنانـەت ڕەنگـە هەسـت بـە بەرپرسیاربوونیشـیان نەکـەن.

پێویسـتە ژن و مێـرد بزانن ئەگەر ئەو ڕێز و دڵسـۆزییەی لە بەرامبەر کەسـانی دیکـەدا دەینوێنـن، بـۆ یەکدیشـی بنوێنـن، ئەوا ژیانی خێزانییـان زۆر زۆر درێژخایـەن دەبێـت و لـە شـەڕ و شـۆڕ ڕزگاریـان دەبێت.

"بێ شەرمی و بێ ڕەوشتی هەم خێزانەکانمان لەناو دەبات، هەم کلتووریشمان دەشێوێنێت. خێزان گەورەترین پەناگەی مرۆڤە.

بەڵقیس ئەکالە

ئـەو كارەسـاتەی ڕووبـەڕووی کەسـێك دەبێتـەوە کـە لەگـەڵ خێزانەکەیدا ڕاسـتگۆ نەبـووە و پەیوەندیی نهێنیی لە پشـتیانەوە هەبـووە، تەنها کاریگەریی لەسـەر خـۆی نابێـت بەڵکـو هاوسـەر و منداڵـەکان و خزم و کەس و گشـت ژیانـی دەگرێتـەوە و، داهاتووی لەکـەدار دەکات.

لـە کاتێکـدا چەندیـن نموونەی پـڕ ئێش و ئازارمـان لەبەر چاوە سـەبارەت بـەم جـۆرە پەیوەندییە ناشـەرعییە کەچی هێشـتاش کەسـانێك هـەن گیرۆدەی بوون.

باشە بۆچی مرۆڤەکان فێڵ لە هاوسەرەکانیان دەکەن؟ ئایا بۆ تێرکردنی حەز و ئارەزووە کاتییەکانیانە؟

حـەز یان خۆشـی جیـاوازە لە ئاسـوودەیی، حـەز کورتخایەنـە و هەر زوو کاریگەرییەکـەی نامێنێـت، بـەڵام کاریگەریی ئاسـوودەیی درێژخایەنە.

حـەز بـۆ تێرکردنی نەفسـە، بـە دەسـتەواژەی دەروونناسـی خودپەرسـتییە، بەڵام ئاسـوودەیی لە هەسـتی هەمیشـە ڕازیبوونـەوە سـەرچاوە دەگرێت، واتە خۆشـنوودیی بەتەواوی بەسـەر خۆپەرسـتیدا زاڵە.

ئاسـوودەیی هەسـتێکی زۆر قووڵـە و کاریگەرییەکـەی لـە ناخـدا بـۆ ماوەیەکـی زۆر دەمێنێتـەوە، کەسـی ئاسـوودە خۆشـحاڵ و بەختـەوەرە.

لـە پەیوەندییە نهێنییەکانـدا تەنها حەز بوونی هەیە و، بەرپرسـیارییەتی هەر جێـی باسـیش نییە. لـە ژیانـی هاوسـەرداریدا زۆر گرفت و بەرپرسـیارییەتی هاوبـەش هەن کە هاوسـەرەکان پێویسـتە بەیەکـەوە بیریان لێ بکەنـەوە، بەڵام لـە پەیوەندییـە نهێنییەکانـدا دوو کەسـەکە ژیانێکی دوور لە بەرپرسـیارییەتی و نمایشـکردنی لایەنـە باشـەکانی خۆیان بۆ یەکـتری دەگوزەرێنن.

بۆچی هاوسەرەکان یەکتری فریو دەدەن و چۆن دەتوانین پێش بەمە بگرین؟

١- هاوسـەرەکان بـەر لـەوەی بەباشـی یـەك بناسـن هاوسـەرگیرییان کـردووە، بۆیـە پێویسـتە لـە کاتـی دەسـتگیرانداریدا بـە شـێوەیەکی شـەرعی خـوو و ڕەوشـت و هەڵسـوکەوتی یەکـتری هەڵبسـەنگێنن.

٢- لـە نێـوان ئەو هاوسـەرانەی کە کات بـۆ یەکتری تەرخـان ناکەن پچڕان

و ساردوسڕی هەیە، بۆیە پێویستە بەر لەوەی ئەم لەیەکدوورییە سەر بۆ کێشەی تر بکێشێت، زۆر بە زوویی چارەسەر بکرێت و هاوسەرەکان کاتی زیاتر بۆ یەکتری تەرخان بکەن.

٣- ئەو ژنەی دەزانێت مێردەکەی لە شوێنی کارەکەی هاوکاری ئافرەتی جوان و ڕازاوە و بۆنخۆشی هەیە، پێویستە هەردەم لەگەڵ هاوسەرەکەیدا ڕووخۆش بێت و خۆی لێ نزیك بکاتەوە، تا بوار نەدات بەهیچ شێوەیەك مێردەکەی شەیدا یا سەرسامی ئەو خانمانە بێت.

ئەو پیاوەی بە گەڕانەوەی بۆ ماڵەوە ژنەکەی بە ڕوویەکی خۆشەوە بەخێرهاتنەوەی لێ دەکات و بە تایبەت خۆی بۆ دەڕازێنێتەوە زۆر خۆشحاڵ دەبێت و، هەموو ڕۆژێك ئارەزوو دەکات زووتر بگەڕێتەوە بۆ ماڵ.

٤- مەرجە پیاو لە کاتی خۆی بۆ ژنەکەی تەرخان بکات و، چەندی لە توانادا بوو زوو بگەڕێتەوە بۆ ماڵ و، هەوڵ بدات هەموو ڕۆژانێکی پشوو لەگەڵ خێزانەکەیدا بەسەر بەرێت.

٥- شەڕ و ئاژاوە و کێشە چارەسەرنەکراوەکان ڕۆڵێکی بەرچاویان هەیە بۆ پەنا بردنی یەکێك لە هاوسەران بۆ پەیوەندیی ناشەرعی، بۆیە پێویستە هاوسەرەکان بەرپرسیارێتییەکان بەهاوبەشی بگرنە ئەستۆ و هەوڵی زیاتر بدەن بۆ بەڕێوەبردنی ژیانیان.

٦- پێویستە هاوسەر بزانێت ئەو تایبەتمەندییەی لە کەسانی دیکەدا بە سەرنجڕاکێشی دەزانێت لە هاوسەرەکەی خۆشیدا هەیە و، بگرە چەندەها تایبەتمەندی لە کەسانی دیکە زیاتریشی هەیە، بۆ پەی بردن بەمەش پێویستە ژن و مێرد پەیوەندییەکی باشیان هەبێت و پاریزگاری لە ڕێز و خۆشەویستیی نێوانیان بکەن.

٧- نابێت ژن یا مێرد یەکتری لەگەڵ خەڵکدا بەراورد بکەن، چونکە تایبەتمەندیی هەر کەسێك لە کەسێکی دیکە جیاوازە، بۆیە پێویستە هەر یەکەیان هەوڵ بدات ڕووە جوانەکانی هاوسەرەکەی خۆی ببینێت و ژیانیانی پێ ئاسوودە بکات.

٨- پێویستە خەرجیی هەر یەك لە ژن و مێرد بەدیار چاوی یەکترییەوە ئاشکرا بن و هیچ شتێکی جێی گومان جێنەهێڵن، خەرجییە شارەوە و

نهێنییـەکان هەسـتی بـێ متمانەیـی و ئیرەیـی پـێ بـردن دروسـت دەکەن.

نابێـت ڕاسـتگۆیی و نامـوس و سـەربەرزیی خێـزان ببینـە فیـدای هیـچ شـتێك و، بچووکتریـن گومانیـش کاریـان تـێ بـکات. هاوسـەرەکان تـا ئـەو ئەندازەیـەی لەگـەڵ یەکـدا ڕاسـتگۆ و کـراوە بـن خێزانێکـی ئاسـوودە و کامەرانیـان دەبێـت.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

" کاتێك پەیامەکانی نوورم خوێندەوە ژیانم گۆڕانی بەسەرداهات. پێویستە هەموو کچێکی گەنج و هەموو خانمێك ئەم پەرتووکانە بخوێنێتەوە، ئەو کات خۆشییەکی ئەفسوونی دڵ و ماڵیشی دادەگرێت".

شولێ یوکسێل شێنلەر

"ژینی خێزانی بەهەشتی دونیای مرۆڤەکانە. دەستەبەرکردنی هەموو شتێك مەرج نییە، بەڵکو گرنگ ئەوەیە خێزانێکی ئاسوودە بێت و ژن و مێردەکە متمانەیان بەیەك بێت".

هامییەت یوجێسێس

13

هەنگاوی سیانزەیەم

بنەما سەرەکییەکانی خێزان کامانەن؟

«ژیانی خێزان، چەندە ئەو بنەمایانەی لەسەری پێکدێت پتەو و بەهێز بێت، ئەوەندە درێژخایەن دەبێت، گرنگترینی بنەماکانیش یەکێتی دڵ و دەروونە».

پرۆفیسۆر و دکتۆر موستەفا ئۆزسۆی

پرۆفیسۆر و دکتۆر (موستەفا ئۆزسۆی) لە دیدارێکدا هۆشداری دەداتە یەکێك لە قوتابیەکانی کە کێشەی خێزانیی هەیە و، دەڵێت:

«ئێوە هاوسەرێتی بە چی تێگەیشتوون؟! بە ڕای ئێوە هاوسەرگیری وەك پشوویەك وایە کە گشت ئەرکەکانی بەرامبەرەکەتان ئەنجامیان بدات؟ یاخود وەك فیلمێکی خەیاڵاوی سینەما وایە؟ یان خەونێکە لە خۆشترین خەونەکان؟

چاوتان بکەنەوە، هاوسەرگیری خەون و خەیاڵ نییە، بەڵکو کرۆك، بگرە خودی ژیانە، تەمەنێکە کە خۆشی و ناخۆشی پێکەوە گرێداوە...

چەندێك هاوسەرداریتان لا سانا و ساکار بێت، ئەوەندە ژیانێکی هاوسەریی کورت و لاوازتان دەبێت، بە پێچەوانەشەوە چەندێك لاتان بەبایەخ و گرنگ بێت و لەسەر بنچینەی پتەو پێکی بهێنن، ئەوەندە ژیانێکی درێژخایەنتان دەبێت.

ئەوانـەی بـە چـاوی حـەز و ئارەزووەکانـی گەنجێتییـەوە لە هاوسـەرداری

دەڕوانن، ئەوا هەرگیز بە چێژ و خۆشییەکانی خێزانداری ناگەن، بەڵام ئەوانەی ژیانی هاوسەرداری بە هاوبەشیی دونیا و دوارۆژ دەبینن، ئەوا دەتوانن لانەی خێزانییان بکەنە باخێك لە باخەکانی بەهەشت».

هەروەك مامۆستای بەڕێزم ئاماژەی پێکرد، هاوسەرداری بناغەی ژیانە و، چەندێك بەهێز و پتەو بێت، ئەوەندە ئاسوودەیی و خۆشگوزەرانی باڵی بەسەردا دەکێشێت.

بنەما بنچینەییەکانی هاوسەداری

هاوسەرداری، دامەزراوەیەکی پیرۆزە کە لە سەرچاوەیەکی ئیلاهییەوە بناغەی بۆ دانراوە. ئەمەش نیوەی پیاو و نیوەشی ژن پێکیدەهێنێت، جوانی و قەشەنگی و خۆشی ئەم لانەیەش منداڵە. داپیرە و باپیرەش گەورەی خێزانن و وەك مامۆستای چاودێری ئەم لانەیەن.

پێکهاتەی گشتیی خێزانی موسوڵمان لەسەر چەند بنەمایەکی دیاریکراو پێکهاتووە، دەکرێت بەم شێوەیە بیخەینە بەردەست:

١- پێویستە ژیانی هاوسەرداری وەك پەیڕەویی فەرمانێکی خودا بڕوات بەڕێوە، واتە دەبێت خێزان وەك دامەزراوەیەکی هەتاهەتایی و ژیانێکی هاوبەشی بەردەوام تا دوارۆژیش تەماشای بکرێت، نەك تەنها وەك قۆناغەژیانێکی فانیی دونیایی.

٢- پێویستە یەکێتیی دڵ و دەروون لە خێزاندا بنەمایەکی سەرەکی بێت و، ڕەوشت و باوەڕ لە پێش هەموو شتێکەوە بن، چونکە خێزان یەکەم وێستگەی پەروەردەکردنی منداڵە، جا ئەگەر پەروەردەی ئەم دامەزراوەیە بە ڕەوشتبەرزی دەورە درابێت، ئەوا مرۆڤی نیشتمانپەروەری سوودبەخش لە کۆمەڵگەدا بەرهەم دێن.

٣- خۆشەویستی و متمانە بناغەیەکی پتەوی خێزانن، چونکە زامنی گەیاندنی کێشەکانی خێزانن بە نزمترین ئاست، بەوپێیەی کلیلی چارەسەری زۆرێك لە کێشەکانن.

هۆکاری بە مەرج دانانی متمانە و خۆشەویستیش ئەوەیە هاوسەرەکان وەك هاوەڵی دونیا و دوارۆژ لە یەکتری بڕوانن، چونکە هاوەڵێتیی

دونیـا کورتخایەنــە و دەبڕێتــەوە، بــەڵام هاوەڵێتیــی دواڕۆژ پتــەوە و بــۆ هەتــا هەتـا دەمێنێتــەوە.

پێغەمبەرمان (د.خ) دەفەرمووێت: ئارامگرتن و پاڕانەوە، جوانترین چەکی دەستی باوەڕدارن.

٤- ژن و مێـرد لەهـەر بارودۆخێکـدا بـن، پێویسـتە هـاوکار و تەواوکـەری یەکـدی بـن.

واتـە بە پشـتگیریی خزم و کەس لـە بەربەرەکانێیان لەگـەڵ ژیاندا وەك یەك جەسـتە و یـەك دڵ و یەك مێشـك هەڵسـوکەوت بکەن، چونکە سـەقامگیریی لانـەی خێـزان بەرپرسـیارێتییەکی هێنـدە گرانـە کـە بـە تەنهـا یـەك کـەس لـە ئەسـتۆ ناگیرێت.

٥- پێویستە ژن و مێرد لە هاوکاریکردنی یەکتری لە خەرجیی خێزاندا زۆر هەستیار بن.

ئەگـەر هەردووکیـان کاریـان کـرد، ئـەوا دەبێـت پێکـەوە بەرنامـە بـۆ پاشـەکەوت کـردن دابڕێـژن و پێکـەوەش خەرجییـەکان دابیـن بکـەن؛ بـەڵام ئەگـەر یەکێکیـان کاری کـرد، ئـەوا دەبێت ئـەوی دیکەیـان باش دەسـتی پێوە بگرێـت و زیادەخەرجـی نـەکات، چونکـە ئەگـەر بیروڕایان لەسـەر خەرجی یەکنەخـەن، ئـەوا هیـچ پارەیـەك بەشـی پێویسـتییەکانی ماڵەکەیـان نـاکات.

٦- پێویسـتە بەهەمـوو شـێوەیەك توانـا ماددییەکانیـان یەکبخـەن و هـەوڵ بـدەن خانوویـەك بۆخۆیـان بکـڕن و، لـە کرێنشـینی دەربازبـبن.

کرێنشـینی یەکێکە لەو هۆکارانەی کاریگەریی خراپی لەسـەر ئاسـوودەیی مـاڵ و بـواری دارایـی خێـزان هەیـە، پێویسـتە تێڕوانینـی: «گەرچی سـادەش بێـت، بـەڵام هـی خۆمـان بێت»تـان لا پەسـەند بێـت، چونکـە بەشـێکی کێشـەکانی خێـزان لـە کرێنشـینیەوە سـەر هـەڵ دەدات.

٧- پێویسـتە ڕێـز و بەهایەکـی تایبـەت بۆ کەسـانی بەتەمـەن و گەورەکانی بنەماڵەکەتـان و خـزم و کەسـەکانتان دابنێن.

زۆر بە باشی هەڵسوکەوت لەگەڵ خزموکەسە ڕیسپی و بەساڵاچووەکانتاندا بکەن و، سـوود لە ئەزموون و ئامۆژگاریی ئەوان ببینن.

پێویسـتە ئـەوە بزانن کە سـەرگەورەکانی بنەماڵـە خـاوەن ئەزموونی ژیانن،

لەبەر ئەوە نابێت هەرگیز نێوانتان لەگەڵیاندا تێکبچێت.

دەبێت پەیوەندییەکی باشتان لەگەڵ خزم و کەسوکارتاندا هەبێت و، بە هیچ جۆرێك لەبەرچاوی منداڵەکانتاندا بە خراپە باسیان نەکەن، چونکە ئەمە بۆ گەشەسەندنی هەستی خزمایەتی و دۆستایەتی منداڵەکان زۆر پێویستە.

٨- پێویستە ژن و مێرد زۆر باش خۆیان بۆ پەروەردەکردنی منداڵەکانیان ئامادە بکەن. واتە پێویستە بە شێوەیەکی زانستی و ئەزموونکراو پەروەردەیان بکەن، نەك بێباکانە و نەزانانە، لەم بابەتەشدا هەرگیز نابێت ئەزموونی کەسانی بەتەمەنی بنەماڵەی هەردوولاتان لە یاد بکەن.

مرۆڤێك تا ئەو ساتەی دایکی هەروەك منداڵێك بە دەوریدا بێت و وەك منداڵ ڕەفتاری لەگەڵ بکات هەرگیز پێناگات.

دۆرۆسی بۆلارد

٩- پێویستە لە خێزاندا ڕێگە بۆ هیوایەت و حەز و خولیا ڕێپێدراوەکان واڵا بن و، هەر بەربەستێکیش لەم ڕووەوە هەبێت لاببرێت.

زۆر گرنگە لە پەیوەندیی نێوان هاوسەرەکاندا پێداویستییە سێکسییەکان دابین بکرێن و ئارەزووەکان بەتاڵ بکرێنەوە، چونکە گەر کێشەیەکی نهێنی هەبێت ئەوا هاوسەنگیی پەیوەندی سێکسیی نێوانیان تێکدەدات و زیان بەو لایەنەیان دەگەیەنێت.

بە پێی لێکۆڵینەوەکان (٦٠٪)ی کێشە دەروونییە سێکسییەکان سەرچاوەیان دەگەڕێتەوە بۆ کێشەکانی ناو خێزانەکە و کەمبوونەوەی متمانەی نێوان هاوسەرەکان، کەواتە چارەسەرکردنی کێشەکانی پەیوەندیی سێکسییان پەیوەستە بە چارەسەرکردنی کێشەکانی دیکەی ناو خێزانەکەیانەوە. زۆر کات لەگەڵ چارەبوونی ئەو گرفتانە، کێشەکانی پەیوەندیی سێکسیش خۆیان نامێنن.

بۆ پێکهێنانی خێزانێکی ئاسوودە و خۆشحاڵ پێویستە هەردوو هاوسەرەکە لە ڕووی سێکسییەوە گازەندەیان نەمێنێت و، پێویستییەکانیان دابینبکرێت و، ئارەزووەکانیان بەتاڵ بکرێنەوە.

١٠- دەبێت ژن و مێرد ڕوون و ئاشکرا بن لەگەڵ یەکدا و، نابێت هیچ شتێك لەیەکتری بشارنەوە، بەواتایەکی دیکە: پێویستە پەیوەندیی نێوانیان

بـە ڕێکوپێکـی بەڕێوەبچێت.

بەهەندوەرگرتنـی بیـر و هەسـتی تاکەکانـی خێـزان و، لەیەکتێگەیشـتن و هاوخەمبـوون لە کێشـە و ئازار و ناخۆشـیی یەکتری گرنگییەگـی لەڕادەبەدەری هەیـە، بـەڵام هەڵسـوکەتی وەك بێدەنگـی و گۆشـەگیری و دەرنەبڕینـی پێویسـتییەکان و شەرفرۆشـتن و بۆڵەبـۆڵ کـردن و فەرمانکـردن کاریگـەری لەسـەر پەیوەنـدی و کامەرانیـی هاوسـەرەکان دەبێـت، چونکـە بـۆ دابینکردنی پێداویسـتییەکانی یەکـتر پێویسـتە لەگـەڵ یـەك کـراوە و ڕاسـتبێژ بـن.

١١- پێویستە بەها مەعنەوییەکان بە زیندوویی ڕابگیردرێن لە خێزاندا.

بەرزڕاگرتنـی لایەنـە مەعنەوییـەکان لـە ژیانـی منداڵەکانـدا زۆر گرنگـە، لەبەرئەمـە ئـەو پەرسـتش و نـزا و پاڕانەوانـەی پێکـەوە دەکرێـن و، بەیەکـەوە پێشـوازیکردن لـە جەژنەکان کۆمەڵێك هەلن کە پێویسـتە لەدەسـت دەرنەچن.

بەڕاسـتی بوونـی یـەك هەسـت و یـەك بـاوەڕ لـە گشـت تاکەکانـی خێزانـدا و، ئـەو بەرگـی خۆشـیی و کامەرانییـەی خێـزان لـە بۆنـە ئاینییەکاندا دەیپۆشـێت پەیوەنـدی و یەکڕیزیـی خێزانەکـە پتەوتـر دەکات.

١٢- پێویستە ئەندامانی خێزان جارجارە پێکەوە بچنە گەشت و سەیران و لە چالاکییە هونەری و کۆمەڵایەتی و ڕۆشنبیرییەکانی وەك سینەما و هەندێ کۆڕو کۆبوونەوەدا بەشدار بن.

بەختیارە ئەو ڕۆڵەیەی لەکاتی نەخۆشکەوتنی دایك و باوك و داپیرەو باپیرەیدا دڵە نەرمەکەی ئەوان ڕازیدەکات و، نزا پڕ خێرو بەرەکەتەکانیان بەدەست دەهێنێت.

بەدیعوززەمان سەعیدی نوورسی

چەنـد ژن و مێـرد ژیانـی کۆمەڵایەتییـان پێکـەوە بێـت هێنـدەش زیاتـر لەیـەك نزیك دەبنـەوە و، هاوڕێیەتـی و دۆسـتایەتیی نێوانیـان بەهێزتر دەبێـت. بـۆ ئەمـەش دەتوانن زۆر کار پێکـەوە بکـەن، بـۆ نموونـە: (دەتوانـن پێکـەوە بچنە کـۆڕ و کۆبوونـەوەکان، یاخـود بچنـە بـازاڕ، یان پیاسـەیەك بکـەن، یان بەشـداری ئاهەنگـەکان بن، یا لـە جێیـەك نانێـك بخـۆن.. گـەر فیلمێکی گونجـاو هەبـوو دەکرێـت پێکەوە

بچنە سینەما و تەماشای بکەن، دەتوانن لە فیستیڤاڵەکاندا بەشدار بن)، بەتایبەت ئەو ژنانەی زۆر لەماڵەوە دەمێننەوە پێویستیان بەم چالاکیانە هەیە.

ئەو چالاکیانەی لە دەرەوەی ماڵ ئەنجام دەدرێن گرنگییەکی زۆریان بۆ منداڵەکان هەیە، چونکە ئەوان بەگشتی ئەو یاری و سەیرانانەی لەگەڵ دایك و باوکیاندا دەیکەن و، ئەو گەشتانەی بۆ سینەما و مۆزەخانەکان دەیکەن زۆریان پێخۆشە.

١٣- پێویستە ژن و مێرد متمانەیان بەیەك هەبێت و، هەر یەکەیان بۆ خۆی لە کار و پیشە و ژیانی تایبەتیشیدا بە ئاسوودەیی هەڵسوکەوت بکات. خۆ ئەگەر وەك سێبەر چاودێریی یەکتری بکەن، ئەوا گیروگرفتی زۆر دێتە ئاراوە.

> **لە هەڵەکانی ئەندامانی خێزانەکەت خۆش ببە، چونکە بەمە گەورە دەبیت، بەڵام لە هەڵەکانی خۆت خۆش مەبە، چونکە بەمە بچووك دەبیتەوە.**
>
> د. عومەر سامی بالجی

هەر بەپێی بنەمای «پێویستە ژن و مێرد بەرپرسیاریەتی و ئەرکی سەرشانیان لەیاد نەکەن»، دەبێت بە ڕێژەیەکی دیاریکراویش سەربەست بن، گەر وا نەبێت ئەوا ناتوانن تواناکانیان بەتەواوی دەربخەن و برەویان پێ بدەن.

١٤- پێویستە هەر یەك لە ئەندامانی خێزان لە ڕاپەڕاندنی کارەکانی ماڵەوەدا ڕۆڵیان هەبێت.

بە ئەندازەی گرنگیی هاوکاریکردنی یەکتریی دایك و باوك لە کارەکانی ماڵەوەدا، دیاریکردنی چەند ئەرکێکیش بۆ منداڵەکان گرنگە.

چەند زووتر بەرپرسیاریەتی لە کارەکانی ماڵەوەدا بخرێتە ئەستۆی منداڵەکان، هەستی بەرپرسیاریەتیش ئەوەندە زووتر لەناخیاندا گەشە دەکات.

واتە پێویستە بەرپرسیارییەتیی وەك ڕێکخستنی مێزی نانخواردن و جێی نووستنەکانی خۆیان بە منداڵەکان بسپێردرێت تا لەسەر لەئەستۆگرتنی بەرپرسیاریەتی ڕابێن و، بە پێی تەمەن و گەورەبوونیشیان ئەرکەکانیان زیادبکرێت.

لە ژیانی هاوسەرداریدا چەندێك ڕێسای گونجاو دابڕێژرێت و پیادە بکرێت، بەو ئەندازەیە ئەو خێزانە ژیانێکی ڕێکوپێك و هاوسەنگیان دەبێت.

14

هەنگاوی چواردەیەم
یادەوەرییەکی دڵتەزێن!

ئـەو یەکێـك بوو لە دۆسـتە زۆر خۆشەویسـتەکانم، هەرچەنـدە بەتەمەن لە مـن بچووکتر بـوو بەڵام ماوەیەك لەسـەر یەك ڕەحلەی قوتابخە دادەنیشـتین.. جـا لەبـەر تەمەنـی بوو یـان لەبەر بەڕێـزی بوو منی بـە «کاکە» بانـگ دەکرد.

زۆری نەبـرد لەگـەڵ ئـەم هـاوڕێ زیـرەك و بەڕەوشـت و لێبوردەیەمـدا جیابووینـەوە.

دواتـر بیسـتم ئـەم هاوەڵـەم لەگـەڵ هاوەڵێکـی دیکەمانـدا زەماوەنـدی کـردووە، مـن هیچم لە بـارەی چۆنیەتی ژیانیانـەوە نەدەزانی، بـەڵام ئاگاداری ئەوە بـووم کـە کوڕێکـی دە ساڵانیان هەیـە و لـە گوندێکـدا هەردووکیـان بوونەتـە مامۆسـتا.

نزیکـەی دوازدە سـێزە سـاڵ بەسـەر دوا دیدارمانـدا تێپەڕیـوو.. لـەم ماوەیەشـدا چەنـد جارێـك بـە تەلەفـۆن قسـەمان کـرد و، هەمـوو جارێـك بانگهێشـتی دەکـردم تـا بچـم بـۆ سـەردانیان.

بەهـۆی ئەوەی هەردووکیـان لەیەك خوێندگە مامۆسـتا بـوون هەلی ئەوەم هەبـوو هـەر کاتێـك بـڕۆم چـاوم بـە هەردووکیـان بکەوێـت، بۆیـە هاوینێك چـووم بـۆ سـەردانیان، بـەڵام لەبەر ئـەوەی من لە شـارێکی دیکـە کارم دەکرد ڕێگەیەکـی دووروودرێـژم لەبـەر بوو تـا ئەوێ.

ئـەوان لـە گوندێکـی دڵڕفێن و بە سـەوزایی داپۆشراوی سـەر بە شـارێکی بچووکـی ئەنادۆڵـدا مامۆسـتا بـوون و، تەنهـا یەك منداڵیـان هەبـوو، گومانم



دەبرد ئەم دوو کەسە خوێندەوارە بەو بوارانەی بۆیان ڕەخسابوو لانەیەکی ئاسوودەیان هەبێت، چونکە لە خانووی قوتابخانەکەدا دەژیان و پەیوەندیشیان لەگەڵ گوندنشینەکاندا باشبوو و، ئۆتۆمبێلیان هەبوو و باری داراییشیان زۆر باش بوو.

بەڵام لە واقیعدا وەك ڕووالەتەکە دەرنەچوون...

کاتێك هاوڕێکەم منی دی زۆر دڵخۆش بوو، یەکتریمان بە حەسرەتی چەند ساڵەوە لە ئامێز گرت، تەنانەت فرێسکەکانیشمان لەم خۆشییەدا بەشداربوون.

چووینە ماڵەوە و، هاوسەرەکەی -کە بە منداڵی وەك هاوڕێکەم لە هەمان خوێندگە و لەهەمان پۆلی ئێمە بوو- هات و بە دەنگێکی تاڕادەیەك سارد و سڕەوە بەخێرهاتنێکی کردم و، حاڵ و ئەحواڵێکی پرسیم و، دواتر چووە چێشتخانە.

بەمە کەمێك مەراق کەوتە مێشکم...

چاوەڕوانی پێشوازییەکی گەرموگوڕتر بووم، چونکە هاوەڵێکی زۆر خۆشەویستیی هاوسەرەکەی بووم و ساڵانێکیشمان لە قوتابخانە لەیەك پۆلدا بەڕێکردبوو، بەڵام لە بەخێرهاتنەکەیەوە هەستم بە کاردانەوەی ئەم پەیوەندییەمان نەکرد.

لە دڵی خۆمدا وتم: یا بەهۆی شتێکەوە کە لێی ئاگادار نیم لە من ڕەنجاوە، یان ئەوەتا لەپشت پەردەی ئاسوودەیی ئەم لانەیەدا ناسازییەك خۆی حەشارداوە.

ڕۆژی سێشەممە بوو، تەلەفزیۆنی ژوورەکەش هەڵکرا بوو، سەرەڕای ئەوەی هاوین بوو بەڵام ئەوێ کەشێکی فێنکی هەبوو.

بۆ ماوەیەك ژن و مێرد هەردووکیان لە چێشتخانە مانەوە و، منیش بە دوای گرێکوێرەی ئەم کێشەیەدا وێڵبووم و، بیری خۆم گەڕخست بۆ سەردەرکردن لە هۆی ئەم هەڵوێستەی خێزانی هاوڕێکەم.

زۆری نەبرد و دەنگی مشتومڕیان گەیشتە هۆڵەکە، منیش بۆ ئەوەی شەرمەزاری لای یەکتر نەبین دەنگی تەلەفزیۆنەکەم زیاد کرد، کەچی

هێشتا بە ئاسانی لە قسەکانیان دەگەیشتم.

خانمی ماڵ بە دەنگێکی بەرز و وشەی ڕەقەوە قسەی دەکرد:

- مەگەر چەند جار بڵێم، من تاقەتی میوان و شتم نییە!

- خانم! بۆ خاتری خوا هێواش بە، ئێستا کاتی ئەم باس و خواسە نییە، شەرمەزارمان مەکە، جگە لەوەش خۆ کاکە خالید بە میوان دانانرێت، چەند ساڵێك لەگەڵماندا بووە، ئەو لە قوتابخانە برا گەورەمان بوو، چاکەی زۆری بەسەرمانەوە هەیە، دوای چەندین ساڵ هاتووەتە ماڵەکەمان، ئێستا دەری کەین بڕوات؟

- خۆت بانگهێشتت کردووە، کەواتە هەر خۆشت خزمەتی بکە، چاوەڕوانی هیچ لە من مەکە.

من لە هۆڵەکەدا زۆر سەرم سوڕمابوو، ئەم مشتومڕە ئەوەی دەردەخست کە ناسازییەکی زۆر جددی لەم ماڵەدا هەیە و، گشت پەیوەندییەکان بەتەواوی شێواون.

"هیچ شتێك لە ژنی باش بەنرختر نییە، بەڵام لە خراپەکەشیان...!"

هێسیۆدۆس

"پەیوەندیی نێوان ژن و مێرد لە جوانییش زیاتر پشت بە ڕاستگۆیی دەبەستێت".

باڵزاگ

هاوڕێکەم هاتەوە لام، چاوەکانی و ڕوومەتی سوور هەڵگەڕابوون، هەرچەندە هەوڵی دەدا دڵخۆش و خۆشبەخت خۆی بنوێنێت، بەڵام هێورکردنەوەی گەردەلوولی ناخی مەحاڵبوو.. ئەمەش لە هەڵسوکەوتییەوە هەستی پێ دەکرا.

هاوڕێکەم زۆر ڕێزی دەنواند و خزمەتی دەکردم و، دەیویست حەسرەتی چەند ساڵەی بڕەوێنێتەوە، بەڵام کەشی ماڵەکە لە بۆمبێکی کپکراوە دەچوو، کە هەر سات نا ساتێك ئەگەری تەقینەوەی هەبوو.

لە پلانی مانەوەم پاشگەزبوومەوە و، پاش چەند کاتژمێرێك بە دوای بیانوودا دەگەڕام تا هەستم و بڕۆم، بەڵام هەوڵم دەدا وا خۆم دەربخەم کە هیچم لە قسەکانیان نەبیستووە.

سـەرەڕای پێداگریـی زۆری هاوڕێکـەم، بـەڵام بـۆ شـەو نەمامـەوە لایان، بیانـووی جوانـم ڕێکخسـت، تەنهـا چـاو و میوەیەکـم لا خـواردن، بـەڵام نە چاکـە و نـە میوەکـەش لـە قوڕگـم نەدەچوونـە خـوارێ، زۆر بێتاقـەت بووم!

لەکاتـی بەڕێکـردن و خواحافیزیـدا هاوڕێکـەم لـە ئامێـزی گرتـم و، دایـە پڕمـەی گریـان و، وتـی: «کاکـە خالیـد! توخوا دوعام بـۆ بکـە، ژیانێکی زۆر ناخۆشـم هەیـە، ئەڵێـی لـە دۆزەخـدا دەژیم، لـە هیـچ شـتێکدا پێکنایەین.

تـازە تـێ دەگـەم ئێمە بـەر لـە هاوسـەرگیریمان هیـچ یەکترمان نەناسـیوە، لەمـە زیاتر توانـای بەرگەگرتنی ئەم بـارەم نەماوە، خەریکە شـێت دەبم! بەڵام منداڵێکـی مانـگ ئاسـامان هەیـە و، ناتوانـم بە ئاسـانی دەسـتبەرداری ماڵ و منـداڵ و هاوسـەرەکەم ببـم، هـۆی سەرەکیشـم ئەوەیـە لـەم دەورویـەرەدا بـە



کەسـانێکی بـڕوادار و خاوەن ئیـمان ناسراویـن و، هەرگیز بەرگەی ئـەوە ناگـرم هەواڵـی کێشـە و دەمەقاڵەمـان ببێتـە بنێشـتە خۆشـەی دەمـی هەمـووان، ئـەوە جیابوونـەوەش هـەر هیچ، لەبـەر ئەوە ئەمبینیـت بەرگـەی ئـەم ئـازار و ناڕەحەتیانـە دەگرم».

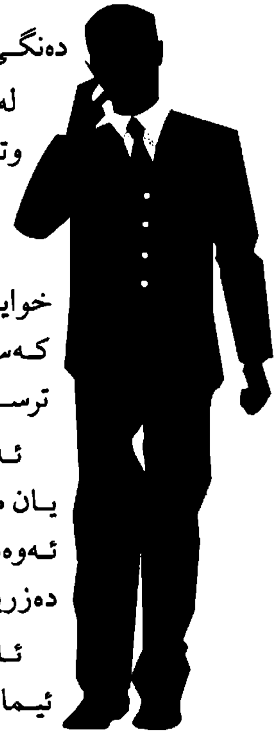
ئـەم هـاوڕێ بارگرانـەم هـەم خـۆی دەگریـا و، هـەم منیشـی خسـتە گریـان، لـە کۆتایـی قسەکانیشـیدا وتـی:

«کاکـە گیـان دوعـام بۆ بکـە، خوا یـان من بەرێتـەوە یان ئـەو و ڕزگارمـان بـکات، ئەگەرنا ترسـی ئەوەم هەیە تووشـی خەمۆکـی ببم».

هیـچ وەڵامێکـم بۆ نەدرایـەوە، تەنهـا سـوار ئوتومبیلەکە بووم و ڕۆیشتم، بەڵام دیمەنی ئەو ژیانە ناخۆشەی زۆر ئازاری دام.

تـا گەیشـتمەوە شـارێکی نزیکـی ئـەو گونـدە هـەزاران هەڵسـانگاندنم بـۆ بـاری ژیانیـان کـرد، بگـرە ئەو شـەوە تـا بەیانی خـەو لـە چاوانـم تـۆرا، هـەر بیـرم لـە حاڵـی برادەرەکـەم دەکـردەوە و بـۆی دەپاڕامـەوە.

بەیانییەکـەی بـەر لـەوەی لـەو شـارە بڕۆم، چـووم تـا ماڵئاوایـی لەهەندێ هاوەڵـم بکـەم، چوومـە شـوێنکاری هاوەڵێکـم کە ئەویـش بەهەمان شـێوە لە قوتابخانـە هاوپـۆلم بـوو. لـە باسـی یادەوەرییەکانـی قوتابخانـەدا بوویـن کە



دەنگـی تەلەفـۆن گفتوگۆکەمانـی پچڕی.

لەناکاو هاوڕێکەم لە وەڵامی تەلەفۆنەکەدا بە تاساوییەوە وتی:

«چـی! ژێـر گەڵابـە کەوتـووە؟! دوێنـێ ئێـوارە؟ جەنازەکـەی لـە خانـەی پزیشـکی دادوەرییـە؟ ئـەی خوایـە ئـەوە مـن چـی دەبیسـتم؟».. تـەواو واقـمان وڕمـا، کـەس لـە کـەس نەدەگەیشـت. بەڕاسـتی مـن بـەو هەواڵـە ترسـناکە دووجـار ناخـم هەڵقرچـا.

ئـەو قسـەیەی کە وتـی: «کاکە گیـان دوعام بـۆ بکە، خوا یـان من بەرێتەوە یـان ئەو و ڕزگارمان بکات، ئەگەرنا ترسـی ئـەوەم هەیـە تووشـی خەمۆکـی ببـم»، هـەر لـە مێشـکمدا دەزرینگایەوە.

ئـای! ئـەو هاوڕێیـەم چەنـد مرۆڤێکـی بـاش بـوو. لەبەر ئیـمان و منداڵـە خۆشەویسـتەکەی فیداکارییەکـی بێوێنـەی نوانـد و لانـەی خێزانەکـەی تێـك نـەدا.. هاوڕێکـەم ئـەو ئێوارەیـە کاتێـك لـە ڕێگادابـووە بـەرەو گوندێکـی دیکـە، بـووە بەژێـر گەڵابەیەکـەوە و، دەسـتبەجێ گیانـی سـپاردووە.

خـۆ گریـە و ناڵە و لاڵانەوەی خێزانەکەی ئیتر بێسـوود بـوو، دیار بوو زۆر زوو پەشـیمان بووبـووەوە، بـەڵام ئاگـری ناخـی بـە ئاسـانی دانەدەمرکایەوە، بۆیـە چەندین ڕۆژ ئـەم ئاگرە ناخی سـووتاند...



15

هەنگاوی پانزەیەم

وێنەی خێزانێکی نموونەیی

«ئەگەر خۆشەویستی و لەیەکتێگەیشتنی خێزانی تەنها بۆ ژیانی دونیا نەبێت و، بەرەو ژیانی دواڕۆژیش ئاڕاستە کرابێت ئەوا تاکەکانی خێزانەکە وەك هاوەڵێکی ئەبەدی دەست لەناو دەستی یەك دەنێن، ئاسوودەیی و ڕێزی خێزانەکەش درێژخایەن دەبێت و تاهەتایە بەردەوام دەبێت».

جەمیل مێریچ

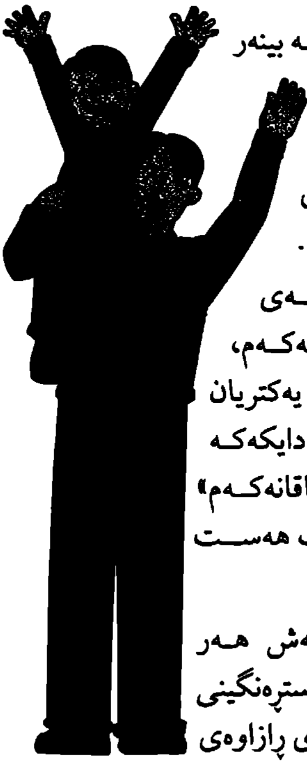
خێزانێك پێداگری زۆریان کرد تا بچمە سەردانیان.

پیاوەکـە فەرمانبـەری حکومـی بـوو و، خانمەکەشـی کابانی ماڵـەوە، دوو کـوڕ و کچێکیـان هەبـوو کـە تەمەنیـان لە دە سـاڵ بـەرەو ژوور بوو.

ماڵێکـی ئـارام و سـادە و پاکوتەمیـز و ڕێکخراویـان هەبـوو، لـەم کەشـە ئارامـەی خێزانەکـەدا لەیەکتێگەیشـتن و پەیوەنـدی و هەڵسـوکەوتێکی زۆر ئاسـوودە خـۆی دەنوانـد.

هـەر کـە دەچوویتـە ژوورەوە لەگـەڵ ژینگەیەکـی بێگـەرد و ڕێکخـراودا ڕووبـەڕوو دەبوویتـەوە، دەسـتێکی هێنـدە کارامـە و هونەرێکـی هێنـدە جوان لـە هۆڵەکـەدا کاریـان کردبـوو کـە مرۆڤـی سەرسـام دەکرد.

ئەو تابلۆیانـەی بە دیوارەکەدا هەڵواسرابـوون و، پەرتووکخانە ڕێکوپێکەکە



و، کەلوپەلـە سـادە و ڕەنـگاو ڕەنگـەکان چێژیان بـە بینەر دەبەخشـی، تەنانـەت دەستشـۆرەکەش هێنـدە جـوان ڕازێندرابـووەوە کە سـەرنجی ڕادەکێشـا.

وەك پەروەرشـیارێك، هەڵسوکەوت و گفتوگۆی ئەندامانـی خێزانەکە لەگەڵ یـەك زۆر کاری تێکردم.

هەسـتم دەکـرد خۆشـییەکی ئەفسـوناوی ماڵەکـەی دادەگـرت کاتێـك باوکەکـە منداڵەکانـی بـە «ڕۆڵەکـەم، گیانەکـەم» بانگ دەکـرد، کاتێکیـش هاوسـەرەکان یەکتریان بـە «پیاوەکـە، خانـم» بانـگ دەکـرد، یـان کاتێـك دایکەکـە منداڵەکانـی بـە «کـوڕی خـۆم، کچـی خـۆم، تاقانەکـەم» بانــگ دەکــرد، پەیوەندییەکـی زۆر گەرموگــوڕت هەســت پێدەکـرد.

کاتێـك بـۆ نانخـواردن چووینـە چێشـتخانەش هـەر مەپرسـن! ڕازاوەیی چێشـتخانەکە -کە بە گشتی دەستڕەنگینی خانمانـە- زۆر زۆر قەشـەنگ بوو، جا کاتێك مێـزی ڕازاوەی خوانەکەشـم دی، خـۆم بـۆ نەگیـراو وتم:

«توخوا جارێ دامەنیشن، با وێنەیەکی ئەم مێزە ڕازاوەیە بگرم».

تـەواو کەوتبوومـە ژێـر کاریگەریـی ڕێکوپێکـی ئـەم ماڵـەوە، سـەرەڕای ئـەوەی کەلوپەلەکانیشـی سـادەبوون بـەڵام زۆر جـوان و سـەرنجڕاکێش ڕێکخرابـوون، لەهەمووشـی گرنگتر ئـەو گونجاوییە نایابەی نێـوان تاکەکانی ئـەم خێزانـە بـوو.. بۆیـە چیـدی زیاتـر خـۆم بۆ نەگیـرا و پرسـیم:

- چۆن توانیتان بەم هاوسەنگی و جوانییە بگەن؟

پیاوەکە بەخەندەوە بەر لە وەڵامدانەی من وتی:

- خاتوون! گوێت لێیە مامۆستا چی دەڵێت؟

منیش هەمان پرسیارم لە خانمی ماڵ کردەوە و وتم:

- چۆن ئەم ڕێکوپێکییەی ماڵەکەتان ڕادەگرن؟

خانمەکەش بە شێوازێکی زۆر خاکیی و سادە وتی:

- مامۆستا، ئێوە بە جوانی دەبینن، ئەگەر نا هیچ شتێکی سەیر لە ماڵی ئێمەدا نییە.

بەڵام من هەر پێداگریم لە سەرنجڕاکێشی کەشی ماڵەکەیان کرد تا پیاوەکە وتی:

- مامۆستا! لەم بارەیەوە هیچ وەڵامێکت لە خانمەوە دەست ناکەوێت، چونکە ئەو هیچ شتێك بە شیاو نازانێت، ئەوانەی لای ئێوە جوان و قەشەنگن، لای ئەو هێشتا کەموکورییەکیان تێدایە».

لە ئەنجامدا خاوەن ماڵ هۆکاری ئەم ڕێکوپێکی و پەیوەندییە بۆ کەموکورییانەی ماڵەکەی لەم خاڵانەدا کۆکردەوە:

١- بناغەی ماڵەکەمان لەسەر لێکتێگەیشتن و، ڕێز و متمانەبەیەکبوون دامەزراوە.

٢- لە سەرەتای هاوسەریماندا بەڵێنمان بەیەك دا یەکتری نەڕەنجێنین و، دڵی یەکتر نەشکێنین و، یەکتریش خەفەتبار نەکەین، بۆ ئەمەش هەوڵێکی زۆرمان داوە، دوای ماوەیەکیش ئەم وریاییەمان بەرهەمی دا و خێزانێکی ئاراممان بۆ پێکهات.

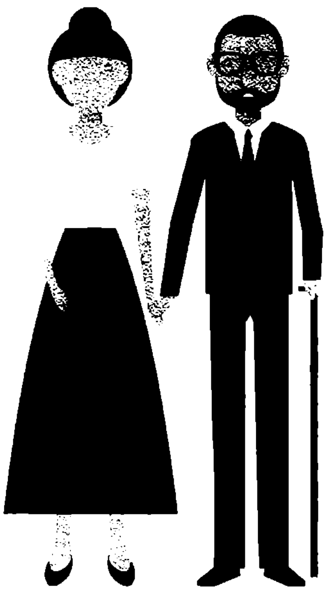
٣- کاتێك یەکێکمان تووڕە دەبێت ئەوی دیکەمان یەکسەر بەرامبەری ناوەستێتەوە، بەڵکو وەك هیچی بەر گوێ نەکەوتبێت بەسەر خۆی ناهێنێت تا ئەو تووڕەییەی بەرامبەرەکەی دادەمرکێتەوە، پاشان بە هێوری قسە لەسەر هۆکاری ئەو ڕووداوە دەکەین و، کێشەکە هەروا فەرامۆش ناکەین، واتە بەدڵنیاییەوە دەبێت چارەیەکی بۆ بدۆزینەوە.



٤- ئەگەر ڕەخنەیەکمان لەلایەن دەوروبەر یان بنەماڵەکانمانەوە لێ بگیردرێت یاخود قسەیەك بێتە سەرمان، ڕەخنە لەیەك ناگرین و نایکەینە ئەستۆی یەکتر، بەڵکو دەستی یەك دەگرین و پشتیوانی لە

یەکتر دەکەین، بۆ ئەمەش ئەم ڕێگەیە دەگرینە بەر:

ئەگەر ڕەخنەیەك لەلایەن بنەماڵەی هاوسەرەکەمەوە ئاڕاستەمان بکرێت، ئەوا خێزانەکەم چارەسەری ئەو گرفتە دەکات و من هیچ خۆمی تێهەڵناقورتێنم، بە پێچەوانەشەوە ئەگەر لەلایەن بنەماڵەکەی منەوە بوو، ئەوا خانمەکەم بەسەرخۆی ناهێنێت و، من دەبمە خاوەن هەڵوێست و چارەی دەکەم.



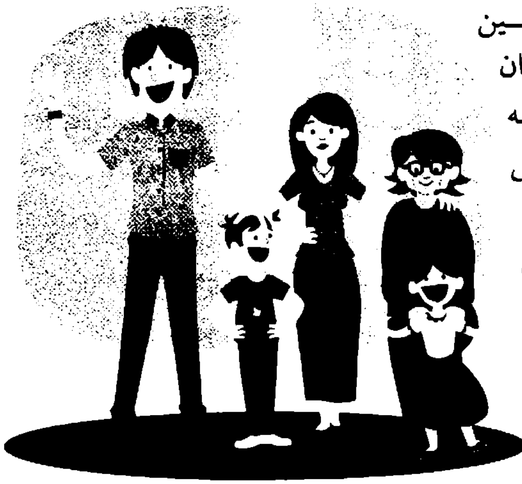
٥- ڕێزێکی زۆر لە بەساڵاچووان و گەورەکانی بنەماڵەکانمان دەگرین، بەڵام لە کاتی ڕووبەڕووبوونەوەی ڕەخنە و گلەیی و گازەندە و چاوەڕوانییە لەڕادەبەدەرەکانیاندا پشتی یەکدەگرین و پێکەوە هەڵوێست دەنوێنین، واتە ئەگەر دایکم یان باوکم یا خزمێکم لەلای من ڕەخنە لە هاوسەرەکەم بگرێت ئەوا بە پێی پێویست لەسەری هەڵدەدەمێ و، هاوسەرەکەشم هەروا. لەبەر ئەمە لەگەڵ دەوروبەرەکەماندا دووچاری کێشەی زۆر نابینەوە.

٦- لەگەڵ خێزانەکەمدا هەرگیز لەبەر چاوی منداڵەکاندا قسەیەکی ڕەق و دڵشکێن یان هەڵوێستێکی بەجۆرێك نامۆ نانوێنین و، هیچ کەسیشمان بە ڕووگرژییەوە لە ماڵدا ناسووڕێینەوە، بەڵکو هەمیشە هەوڵ دەدەین بە لێوبەخەندەیی و ڕووخۆشیەوە هەڵسوکەوت بکەین.

٧- لەگەڵ منداڵەکانیشماندا تەواو وەك هاوڕێین، هەر گرفتێکیان هەبێت گرنگیی پێ دەدەین و چارەی دەکەین بۆیان.

٨- زوو زوو لە ماڵەوە بەیەکەوە کۆدەبینەوە و دادەنیشین، لە دانیشتنەکەشدا کێشەکانی ئەندامانی خێزانەکەمان باس دەکەین و، بەیەکەوە بڕیاریان لەبارەوە دەدەین و، هەمووشمان بەیەکەوە پابەندیان دەبین.

٩- هەموومان توانای دارایی ماڵەوە دەزانین، هەموو سەری



مانگێکیش بەیەکەوە دادەنیشین داهات و خەرجییەکانمان دەخەینە ڕوو، ئیدی هەر کەسە بە گوێرەی ئەوە خەرجییەکانی خۆی ڕێکدەخات.

١٠- هەمووان لە ماڵەوە هاوکاری یەکین، بۆیە ئەگەر هاوسەرەکەم کارێکی هەبێت ئەوەی دەستی بەتاڵ بێت دەچێت یارمەتیی دەدات.

١١- هەر یەکەمان بەرپرسیارە لە ئەرکێکی دیاریکراو، ئەگەر یەکێکیشمان ئەرکەکەی خۆی بەجێ نەهێنا لێپرسینەوەی لەگەڵ دەکرێت، بەڵام هیچ کەس بۆی نییە بێ ڕەزامەندیی ئەوی تر خۆی لە کارەکەی هەڵبقورتێنێت.

١٢- هەموو شتێك لە بارەی ماڵ و تاکەکانی ماڵەکەوە ڕوون و ئاشکرایە و، کەس هیچ شتێك لە کەسێکی دیکە ناشارێتەوە، چونکە کەشێکی وا کراوەمان سازاندووە بوار بۆ نهێنی شاردنەوە نەهێڵێتەوە.

١٣- هاوسێیەتی خێزانی باشمان هەڵبژاردووە و، هاوکاری یەکتری دەکەین، هاوڕێکانیشیمان بەتەواوی جێی متمانەن و دەتوانین سوود لە هەڵسوکەوت و ئەزموونیان وەربگرین و، هەفتانە چەند کاتژمێرێك کۆدەبینەوە و بیروڕا ئاڵوگۆڕ دەکەین و، کتێب دەخوێنینەوە.

١٤- لە ماڵەوە بەرنامەی کتێبخوێندنەوەمان هەیە و، پێویستە هەمووان هەفتەی پەرتووکێکی ئایینی، یا زانستی یاخود ڕۆشنبیری بخوێننەوە، کە دەستکەوتێکی باشە بۆ هەر تاکێك.

١٥- بەیەکەوە دەچینە گەشت و سەیران، لەبەرئەوەی ئەوە بۆ هۆگربوونمان بەیەکەوە هۆکارێکی باشە، بەوپێیەی لەوێ خۆمان لە فشارەکانی ژیانی شار خاڵی دەکەینەوە و، ئەم جۆرە پێکەوەبوونانەش «ڕۆحییەتی کاری بەکۆمەڵ» لە ئەندامانی خێزاندا دەبوژێنێتەوە.

من ئەم وتە ڕاست و بەجێیانەی خاوەن ماڵم بڕی و پرسیم:

- باشـە، چ ئیرادەیەکتـان هەیـە کـە بەسـەر هەمـوو ئـەو ناڕەحەتییانـەدا سـەرکەوتوون، واتـە جیاوازیتـان لەگـەڵ خێزانێکـی دیکـەدا چییـە وا ئێـوە سـەرکەتوو بـوون؟

ئەم جارەیان وتی:

- با خانم ئەم نهێنییەتان پێ بڵێت.

خانمیش بەدەم میوانداری لێ کردنمانەوە وتی:

- ئەسـتەغفیروڵڵا، مـن نهێنیی دەسـتکەوتێکی وا گەورە نابینم، ئیتر باسـی چـی بکەم؟

پیاوەکەش بە خەندەوە وتی:

- مامۆسـتا، مـن نەمـوت ئـەم خانمـەی من هیـچ دەسـتکەوتێك بە شـیاو نازانێت!

پیاوەکە دەستی بە قسە کرد و وتی:

- ئەگـەر دەسـتکەوتێك و هاوبیروڕاییەك لە خێزانەکەمانـدا بوونی هەبێت، دوو هۆکاری سـەرەکیی هەیە:

یەکـەم: سـوپاس بـۆ خـوا ئێمـە باوەڕداریـن، وەك هاوەڵێکـی کاتـی لـە خۆشـییەکانی دونیـادا تەماشـای یـەك ناکەیـن و، تەنهـا بە خۆشەویسـتییەکی کاتییـش شـەیدای یـەك نین.

ئێمـە لەبـەر خـودا دەسـتمان لـە دەسـتی یـەك نـاوە و، لەبـەر خـودا و لێپرسـینەوەی دوارۆژ یەکـمان خۆشـدەوێت.. ئـەو کەسـانەش کـە باوەڕیـان وایـە بـۆ ژیانـی نەبـڕاوە پێکـەوە دەژین، پێویسـتە بـۆ کێشـە کاتییەکانـی دونیا یـەك نەڕەنجێنـن، ئێمەش لەسـەر بنەمـای ئـەم قەناعەتە هەڵسـوکەوت لەگەڵ یەکـتر دەکەین.

دووەم: بـۆ ئـەوەی لانەیەکـی بـاش بنیـات بنێیـن، وەك قوتابییـەك زۆر کتێـب و سـەرچاوەمان خوێنـدەوە و، هەوڵمانـدا خۆمان پێبگەیەنیـن، بە نزا و پاڕانەوەکانیشـمان داوای ئاسـوودەیی و خۆشـبەختیمان لە پەروەردگار دەکرد، زۆر سـوپاس بـۆ ئەو زاتە بەدەسـتەڵات و بەسـۆزە کە ئەوانەی پـێ ڕەوا بینین.

ئەو نموونە سەرنجڕاکێشـانەی لـەو خێزانە بە جوانیی مـاددی و مەعنەوییە ڕازاوەیەدا بینیم هێشـتا کۆتاییان پێنەهاتووە.

شـەوێ هـەر لـەو ماڵـە مامـەوە، کاتێـك بەیانـی لەخەو هەسـتام شـتێکی زۆر سـەیرم بینـی.

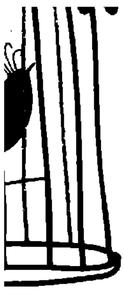
گۆرەوییـەکان و کراسـەکەم شـۆرابوون و، کراسـەکەم بـە ئوتووکـراوی لـە ژوور سـەرمەوە هەڵواسرابـوو! سـادەترین وەسـفیش بـۆ ئـەم کارەیـان، (میوانپەروەری)یـە.

مـن زۆر شـەرمەزار بوویـووم، زۆریـش بەم هەڵوێسـتەیان کاریگـەر بووم، بەڕاسـتی ئەسـتەمە هیـچ کلتـوور و نموونەیەکـی دیکـە هەبێت هێنـدە ڕێز لە میـوان بگرێـت، بێگومـان شارسـتانیی میللەتـی موسـوڵمانمان -کـە لەسـەر بـاوەڕ و ڕەوشـت و ڕێز پێکهاتـووە- نموونەگەلێکی ئاوای لێ سـەوز دەبێت.

ئـەو کەسـەی لـە ڕۆحییەتـی خێـزان خـۆی بـەدوور دەگرێـت و، خـۆی وەك تاکێـك نیشـان دەدات کـە تەنهـا ژیانی خۆی لا مەبەسـتە، پێویسـتە زۆر بە باشـی ئـەم دیمەنـی خۆشـگوزەرانی و پەندئامێزییەی ئەم ماڵـەی لەبەرچاو بێـت و، زۆر بـە ڕوونـی ببینێـت ئاخـۆ ئاسـوودەیی خێـزان لای ئـەو تاکانـە دەسـت دەکەوێـت کـە (تەنهـا گرنگـی بە ژیانـی خۆیـان دەدەن)، یاخـود لەو هاوبەشـی و یەکرێزییەدایـە کـە (ڕۆحییـەت و کەشـی گەرموگـوڕی خێـزان) بەرهەمـی دەهێنن.

ژیانی هاوسەرداریی
موسوڵمان، باخێکە لەباخەکانی بەهەشت،
چونکە هەموو شتێك لەوێ حەڵاڵ و
شیرین و خۆشە.

جەلالەدینی بەغدادی



لـه کۆتاییـدا نەمزانـی بـه چ زمانێك سوپاسـیان بکـەم، تەنهـا توانیـم بڵێـم: «ئێـوه لـه ڕۆژێکـی قوتابخانـەی خێزانەکەتانـدا بەجۆرێك پەروەردەتان کـردم، کـه تا مـاوم لەبیـرم نەچێتـەوە».

ئـەو خێزانـه لـه کاتـی ماڵئاواییـدا دوا کاری سەرنجڕاکێشیشـیان نمایـش کـرد!

کاتێـك هاتمـه دەرەوە بینم پێڵاوەکانـم بۆیاخ کراون، هیچـم بۆ نەوترا و بەوپـەڕی کاریگەربوونمەوە لـەو خێزانه جیابوومەوە.

پـەروەردگار خۆشـی و کامەرانییـەك بەو خێزانە ببەخشـێت کە شـایەنیانە، لـەو ئاسـوودەیی و خۆشـبەختیەش بکاتە پشـکی ئێمە.

"چێژ و خۆشی ڕۆژەکانی سەرەتای باڵاپۆشیم تا ئەمڕۆ لەیاد ماوە، هەروەك ئەوە بوو کە باڵاپۆشیی سەرلەنوێ ژیانێکی نوێم پێ بداتەوە".

د. گولشەن ئاتاسێڤێن

16

هەنگاوی شانزەیەم

سوود و زیانەکانی هاوسەرگیریی نێوان خزمەکان

«پێویست بە قسەکردن لەسەر سوود یان زیانەکانی هاوسەرگیری لە نێوان خزماندا ناکات، چونکە ئەم هاوسەرگیرییە بە پێی شوێن و کات و خێزان و تاکەکان دەگۆڕێت، ئەوەی دەکەوێتە ئەستۆی کەسەکان هەڵبژاردنی باشترینە بۆ هاوسەرگیری».

پرۆفیسۆری خۆبەخش و دکتۆر علی فوئاد باشگیل

هاوڕێم هەبووە لەگەڵ خزمێکیدا هاوسەرگیریی کردووە و زۆریش کامەران بووە، بەهەمان شێوەش هاوڕێم هەبووە لەگەڵ خزمێکیدا هاوسەرگیری کردووە و هەزار جار پەنجەی پەشیمانیی گەستووە.

بڕیاردانی پێشوەخت لەسەر باشی یان خراپی هاوسەرگیری نێوان خزمان کارێکی هەڵەیە، سەرەتا پێش ئەوەی بڕیار بدەین پێویستە لایەنە باش و خراپەکانی هەڵبسەنگێنین و، بە وردی شییان بکەینەوە.

پێغەمبەرمان (د.خ) هانی کەسی بۆ هاوسەرگیری لەگەڵ خزمێکیدا نەداوە، بەڵام ڕێگریشی لێ نەکردووە، هەر لەم ڕووەوە هەندێك کەس هەن کە دژایەتی ئەم جۆرە هاوسەرگیرییە دەکەن و، هەندێکیش بەپێچەوانەوە پشتیوانیی دەکەن.

بەربەستەکانی بەردەم هاوسەرگیریی نێوان خزمان:

ئەوانـەی دژی ئـەم جۆرە هاوسـەرگیرییەن، ئەم بانگەشـانە دەکەنە بەڵگەی هەڵوێستەکەیان:

١- قورسە دوو گەنج کە پێکەوە گەورە بوونبێتن یەکتری وەك هاوسەر قبوڵ بکەن.

٢- دەشێت منداڵی ناتەواویان ببێت.

٣- ئەگەر خوانەکردە ناخۆشییەك بکەوێتە نێوان هاوسەرەکانەوە کاریگەریی لەسەر گشت خزم و کەسیان دەبێت، تەنانەت ڕەنگە ببنە دوژمنی یەکتریش.

٤- بەبەردەوامی لە ژێر چاودێری و ڕکێفی گەورەکانی بنەماڵەدا دەبن.

٥- هاوسەرەکان لە خەرجی و هەڵسوکەوتەکانیاندا تارادەیەك سەربەستییان لەدەست دەدەن.

کێشە تەندروستییەکانی ژن و ژنخوازیی نێوان خزمان:

(جیـن)ەکان، کـە هەڵگـری سـیفەتە بۆماوەییەکانـن، بـە یەکسـانی لـە دایـك و باوکەکـەوە دەگوازرێنـەوە بـۆ منداڵەکانیـان. جـا ئـەو جینـەی کـە سـیفەتێکی دیاریکـراوی هەڵگرتـووە و، بەسـەر جینـە دژەکانیـدا زاڵـە پێـی دەوترێـت زاڵ، جینـە دژەکـەش پێـی دەوترێـت بەزیـو.

دەکرێـت چـاوی شـین و قاوەیـی وەك نموونەیـەك بۆ ئەمـە بهێنینـەوە: لە چـاودا ڕەنگـی قاوەیـی زاڵـە و ڕەنگـی شـینیش بەزیـوە، وای دابنێـن دایك و باوکێـك یەکیـان چـاوی شـینە و ئـەوی دیکەیـان چـاوی قاوەییە.

ئـەو جینـە بۆماوەییانـەی لـە دایـك و باوکەکـەوە بـۆ منداڵەکانیـان دەگوازرێنـەوە چـوار ئەگەریـان بـۆ هەیـە: (قاوەیـی قاوەیـی، قاوەیـی شـین، شـین قاوەیـی، شـین شـین)، بەمجـۆرە لـە سـێ حاڵەتـی یەکەمـدا منداڵەکـە چـاوی قاوەیـی دەردەچێت (چونکە جینـە زاڵەکە بوونی هەیـە) و، لە حاڵەتی چوارەمیشـدا چـاوی منداڵەکـە شـین دەردەچێـت.

ئیـدی لـە هاوسـەرگیریی نێـوان خزمانـدا ئەگـەری بەیەکگەیشـتنی جینـە بەزیـوە زەرەرمەنـدەکان زیاتـرە لـە هاوسـەرگیریی دوو کەسـی بێگانـە، جگـە لـەوەش ڕێگەخۆشـکەرە بـۆ زیادبوونـی بـازدان لـە جینەکانـدا.

سوودەکانی هاوسەرگیریی نێوان خزمان:

ئەو کەسانەی لایەنگری هاوسەرگیریی نێوان خزمان دەکەن، تێڕوانینەکانیان لەم خاڵانەدا کۆدەبێتەوە:

١- بۆ پاراستنی سامانی بنەماڵە و ڕێکخستنی کارەکانی پەیوەست بە میراتەوە.

٢- خۆشەویستی و پەیوەندیی نێوان خێزانەکان پتەوتر دەبێت.

٣- ئەو کەسە دەبێتە خاوەنی هاوسەرێك کە دەیناسێت و ئاشنایەتی.

٤- ئەم نزیکییە لە نێوان خێزانی تازە بوك و زاوادا ڕێگە خۆشکەرە کە بە ئاسانی ئاڕاستە بکرێن لە لایەن بنەماڵەکەیانەوە.

٥- پێکهێنانی لانەیەکی نوێ لە بنەماڵەکەدا، زامن و هیوایەکە بۆ ڕۆژانی داهاتووی بنەماڵەکە تا گۆچانی دەستی باوانیان بن.

٦- بۆ بەهێزکردنی بنەماڵە و زیادبوونی سەنگی بنەماڵەکە لە کۆمەڵگەدا.

لە وڵاتانی خۆماندا هاوسەرگیری لە نێوان خزماندا زۆر ڕوودەدات.

جگە لەمانەش لە نێوان ئەو کەسانەی کە زوو هاوسەرگیری دەکەن زۆر و، بە پێچەوانەشەوە ئەو کەسانەی درەنگ هاوسەرگیری دەکەن بە ڕێژەیەکی کەمتر تووخنی ئەم جۆرە هاوسەرگیرییە دەکەون.

ئەم جۆرە هاوسەرگیرییە لە ناو خێزانە باوك سالارەکاندا زیاترە وەك لە خێزانەکانی دیکە.

گوندنشینەکان لە خەڵکی شار زیاتر پەنا بۆ ئەم جۆرە هاوسەرگیرییە دەبەن، بە هەمان شێوە لەو ناوچانەی کە لە ڕووی ئابووری و کۆمەڵایەتییەوە گەشەیان سەندووە ئەم دیاردەیە کەمە.

بە پێی ئەم هۆکارانە تێدەگەین کە هاوسەرگیریی نێوان خزمان تا دێت بەرەو کزی دەڕوات، جا ئەگەر بەهۆی زیاتر چاوکراوەیی تاکەکانی کۆمەڵ و ئاشنابوونیانەوە بە کەسانی دیکە بێت، یاخود بەهۆی کەمبوونەوەی هاموشۆی نێوان خزموکەسەکانەوە بێت، هاوسەرگیریی خزمان بەرەو کەمیی و نەمان دەچێت.

ئەوەی ڕوونە ئەوەیە بەر لە هەر بڕیارێك سەبارەت بە هاوسەرگیریی نێوان خزمان پێویستە دوو کەسەکە خۆیان بە پێی مەرج و تایبەتمەندییە کەسییەکان بەرامبەر هەڵبسەنگێنن و، دواتر بڕیارێکی وا چارەنووسساز بدەن.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

"وریای هاوسەرگیری بن لەگەڵ خزماندا، دەشێت بتەوێت پەیوەندیی نێوانتان بەهێزتر بکەیت، کەچی لە ئەنجامدا بەتەواوی پەیوەندییەکان بپچڕێنیت".

حەسەن چانتای

"ناتوانین بە هاوسەرگیریی دوو کەس بڵێین نەخێر تەنها لەبەر ئەوەی خزمن، چونکە چەندین خزم هەبوون کە پێکەوە ژیانێکی ئاسوودەیان هەبووە".

پرۆفیسۆر و دکتۆر ئۆرهان تورکدۆغان

"ستایشکردن یاخود سەرزەنشتکردنی بیرۆکەی هاوسەرگیریی نێوان خزمان کارێکی دروست نییە، چونکە ئەمە بە گوێرەی هەر کەسێك دەگۆڕێت".

پرۆفیسۆر و دکتۆر موسا تاشدێلەن

"ئەو هاوسەرگیرییەی لە پێناو پارە و سامانددا لە نێوان خزماندا دەکرێت، تەنها زەرەر و زیان بە دوای خۆیدا دەهێنێت".

عومەر ناسوحی بیلمەن

17

هەنگاوی حەڤدەیەم

کێشەکانی هاوسەرگیری لە نێوان خەڵکی دوو ناوچەی جیاوازدا و، چارەسەری پێشنیارکراو

دوو قوتابیـــی خۆشەویســـتم هەبـــوو بـــە نـــاوی ئەحمـــەد و ســـێڤنور، هەڵســـوکەوت و تێڕوانینەکانیـــان زۆر لەیەکـــەوە نزیـــك بـــوو، لەبـــەر ئـــەوەی خوێندنەکەیـــان بـــەرەو تـــەواو بـــوون دەچـــوو بیریـــان لـــەوە کردبـــووەوە ببنـــە دەســـتگیرانی یەکـــتر و پـــاش خوێندیـــش هاوســـەرگیری بکـــەن.

کاتێـك هاتـن بـۆ لای مـن هەمـوو شـتێکیان بڕاندبـووەوە، بەڵام کێشـەی گەورەیـان لەلایـەن بنەماڵەکانیانـەوە بۆ دروسـتبووبوو.

ئەحمـــەد خەڵکـــی (وان) بـــوو، ســـێڤنوریش خەڵکـــی (تێکیـــرداغ) بـــوو، واتـــە لـــە شـــوێنێکی جیـــاواز و لـــە کەلتـــوور و کەشـــێکی جیـــاوازدا پـــەروەردە بوویـــوون، مـــن داوام لێکـــردن بیـــر لـــەوە بکەنـــەوە تـــا چەنـــد دەتوانـــن لەگـــەڵ ئـــەم جیاوازییانـــەدا هـــەڵ بکـــەن.

لەڕاسـتیدا بنەماڵەکـەی ئەحمـەد دەیانویسـت کچێکـی ناوچـەی خۆیانی بـۆ بخـوازن و زۆر گرنگییـان بـە سـێڤنور نـەدەدا، بنەماڵـەی سـێڤنوریش هـەروا بـوون، بـەلای ئەوانـەوە کۆچکـردن لـە (تێکیـرداغ)ەوە بـۆ (وان) نابێـت ببێتـە هـۆی گۆڕینـی دابونەریتـەکان.

بـەڵام بـەلای ئەحمـەد و سـێڤنورەوە ئەمانـە تەنها چەند کێشـەیەکی سـادە بـوون و، پێیـان وابـوو دەتوانن پشـتی یەکبگرن و بەسـەریاندا سـەربکەون.

لەکۆتاییدا هاوسەرگیرییان کرد...

لەبەر ئەوەی هیچ کام لە بنەماڵەکان ئەم هاوسەرگیرییەیان لا پەسەند نەبوو، لە ئاهەنگەکەیاندا بەشدارییان نەکرد، واتە لەلایەن بنەماڵەکانیانەوە ڕەتکرانەوە و، تەنیا کەوتن.

زۆریشی نەبرد گیروگرفتەکان زنجیرەیان بەست. گەورەترین کێشەش بەهۆی (سێڤنور)ەوە بوو، چونکە خێزانەکەی ئەحمەد بە هیچ جۆرێك چارەی سێڤنوریان نەدەویست! بەڕای ئەوان سێڤنور کەسێکی زۆر سەربەست و، سەرکەش و، بێ چاوورووو بوو.. لە دابونەریتی ئەواندا کاتێك پیاوان لە ژوورێکدا دەبوون ئەو نەدەبوو بچێتە ئەو ژوورەوە و، بۆی نەبوو لە بەرامبەر خانمانی لە خۆی گەورەتردا قسە بکات.. بێ ئیزنی خەسوو نەدەبوو ئاویش بخواتەوە و، دەبوو خاولی بۆ خەزووری ڕابگرێت تا دەستی پێ بسڕێت و، کە هاتەوە ماڵەوە چاکەتەکەی لێ وەربگرێت و، ویستی بچێتە دەرەوە پێڵاوەکانی بۆ دابنێت، جگە لەوەش بۆی نەبوو بەدیار چاوی خەڵکەوە لەگەڵ ئەحمەد قسە بکات.. تەنانەت بۆیان نەبوو پێکەوە بچنە بازاڕیش!

بە ڕای خێزانەکەی سێڤنوریش ئەحمەد کەسێکی زۆر داخراو و زیاد لە پێویست شەرمن بوو، دەمی بۆ جگەرە و (مەی) نەدەبرد، لەگەڵ ئافرەتاندا هیچ قسەی نەدەکرد، بە کورتییەکەی بە بۆچوونی ئەوان ئەم کوڕە و زاواییان نەوتووە.

> **لە هاوسەرگیریدا ئەوە گرنگ نییە کە لەگەڵ کەسێ ویستراودا هاوسەرگیری بکەیت، بەڵکو ئەوە گرنگە کە خۆت کەسێ ویستراو بیت.**
>
> فۆستەر وود

ئیدی ئەم دوو گەنجە کە زۆر لەیەك دەوەشانەوە، بوونە قوربانی دابونەریت، لەوەندەش زیاتر بەرگەی فشاری خێزانەکانیان نەگرت و لەیەك جیابوونەوە.

ڕووداوێکی هاوشێوەش بەسەر خاتوو خەدیجەدا هاتبوو، کە سەرەڕای دژایەتیی زۆری خێزانەکەی بەڵام هەر لەگەڵ قوتابییەکی عێراقیدا هاوسەرگیریی کرد، کوڕەکە قوتابیی کۆلێژی پزیشکی بوو و، زۆر دینداریش

بوو، جگە لەوەش زۆر هەست ناسك و بەڕێز بوو، دیارییەکی یەکجار زۆری بۆ خەدیجە دەهێنا.

خەدیجە بەو کوڕە ڕازی بوو، جیاوازی نیشتیمانیشی بەلاوە زۆر گرنگ نەبوو، بەڕای ئەو لە وڵاتی مێردەکەی ژیانێکی ڕۆمانتیکی و دونیایەکی سەرنجڕاکێش چاوەڕوانی بوو. لە کۆتاییدا هاوسەرەکەی خوێندنی تەواو کرد و لەگەڵ خەدیجەدا ڕووی لە وڵاتەکەی خۆی کردەوە تا دەست بە پیشەی پزیشکییەکەی بکات.

ئەو شارەی لێی نیشتەجێبوون پلەی گەرمای زۆر بەرز بوو، زۆر چوونەدەرەوەی خانمانیش جێی شەرم بوو، خەدیجەش هیچ لەگەڵ ئەم شتانەدا ڕانەهاتبوو، دواتریش بێجگە لە هاوسەرەکەی کەسی دیکە تورکیی نەدەزانی، خەسووی تەنها بە ئاماژە ڕێگەی دەدا بێت و بڕوات، لەگەڵ ئەوانیشدا هیچ قسە و باسێکیان نەبوو، لەبەر ئەمە دەیویست هەرچی زووترە بگەڕێتەوە بۆ ئەستەنبوڵ، چونکە ئیدی بە لایەوە ئەستەم بوو لەوێ بەختەوەر بێت و بتوانێت منداڵ پەروەدە بکات.

لەبەرامبەر بۆڵە و کڕوزانەوەکانی خەدیجەشدا هاوسەرەکەشی وردە وردە گۆردرا و، کەسێکی تووڕە و خۆپەرستی لێ دەرچوو، ئەمەش بارودۆخی خەدیجەی قورستر کرد.

ئەوەی لێرەدا گرنگە ئەوەیە تێبگەین تەنها دینداری بەس نییە و، کارتێکەرە کۆمەڵایەتییەکانیش لەوە گرنگترن کە بیری لێ دەکەینەوە، بۆ نموونە گرفتی خەدیجە تەنها ئەوە نییە کە لە خەیاڵیدا خێزانی عەرەبیی بە ڕۆمانتیك دەزانی و خۆی لە ڕاستییەکان لادابوو، بەڵکو بەهۆی خۆئامادەنەکردنییەوە بوو بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی جیاوازییەکانی کەلتوور و زمان و دابونەریت و تەنانەت خواردنیش.

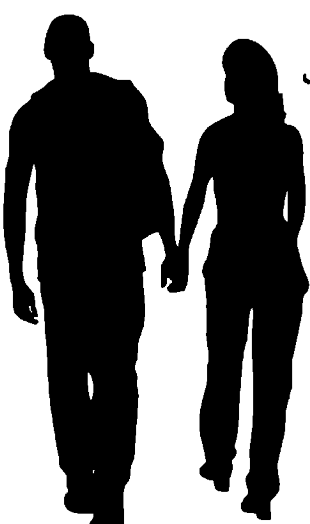
سەرهەڵدانی ئەم کێشانە تەنها لە هاوسەرگیریی نێوان خەڵکی دوو وڵاتی جیاوازدا نییە، گەر بڕوانین تەنانەت لە خودی وڵاتی خۆماندا چەندین تێڕوانین و دابونەریتی جیاواز لە شوێنە جیاجیاکانیدا بەرچاو دەکەون، کە دەکرێت کێشە دروست بکەن بۆ ئەوانەی دەیانەوێت هاوسەرگیری بکەن.

پرۆفیسـۆر و دکتۆری بەڕێز سـەفا سـایگلی، لـە پەرتووکەکەیـدا ئـەم نموونەیـە دەهێنێتـەوە:

"شەرعەن پێویستە مێرد هاوسەنگیی ژنەکەی بێت، واتە بۆ یەك گونجاو بن، گرنگترین ڕووی ئەم هاوسەنگییەش لە لایەنی دینداریيەوەیە".

ئاسـلی و حەسـەن یەکیـان خۆشدەویسـت و، هەردووکیشـیان موسـوڵمان بـوون، بـەڵام مەزهەبیان جیـا بـوو، هەرچەنـدە خێزانەکـەی حەسـەن زۆریـان هـەوڵ دا تـا پێشـیان پێبگـرن، بـەڵام لـە کۆتاییـدا هاوسـەرگیرییان کـرد و، لـە سـاڵانی سەرەتاشـدا هەمـوو شـتێك بـە ڕێکوپێکـی دەچـوو بەڕێـوە.

حەسـەن، بەهـۆی ئـەوەی لەلایـەن بنەماڵەکەیـەوە بە تەواوی حاشـای لێ کرابـوو، لـە سـەرەتای هاوسـەرگیرییەکەیەوە پەیوەندیـی لەگەڵیانـدا نەمابوو، بـەڵام هەرچەنـدە دواتـر کەمـە کەمـە پەیوەندیـی لەگـەڵ بەسـتنەوە، کەچـی هێشـتا بنەماڵەکـەی هـەر ڕەخنەیـان لـە ئاسـلی هەبـوو و بـە بوکـی خۆیانیان نەدەزانـی، بەمجـۆرە کاتێك ئاسـلی هەسـتی بەوە کـرد کە لە لایـەن بنەماڵەی مێردەکەیـەوە بچـووك دەکرێتـەوە، هاتووچـۆی مێردەکـەی بـۆلای ئـەوان بـە بێزێـزی بـۆ خـۆی لێـك دەدایـەوە، کاتێکیـش پەیوەندیـی نێوانیـان لـە چـاو دوو سـاڵ لـەوەو پێشـدا زۆر خـراپ بوو، ئیدی ژینـی هاوسـەردارییان کەوتە لەرزە.



ڕەنگـە لـە تەمەنی گەنجیـدا جیاوازیـی مەزهەب شـتێکی ئەوتۆ نەبێت، بـەڵام زەنگی ئەم مەترسـییە هێـواش لـێ دەدرێـت و لـە سـاڵانی دواتـردا کێشـەکان بەزەقـی بەدیـار دەکـەون.

هەنـدێ جـار ڕەنگـە هاوسـەرەکان بتوانـن بەرەنگاری فشـارەکان ببنـەوە و ژیانیان بەرەو پێش بـەرن، بـەڵام زۆر جـار پـاش چوونـە تەمەنیانـەوە کێشـەکان سـەر هـەڵ دەدەن، واتە کاتێـك ئەمانیش وزە و تاقەتی بەرەنگاربوونەوەیان نەماوە.

هاوسـەرگیریی نێـوان کەسـانی شـوێنکەوتووی مەزهەبـی ئایینـی جیاواز هـەردەم کێشـەی بـەدواوە بـووە و، زۆربـەی جارەکانیـش بـە جیابوونـەوە گەیشـتووە، چونکـە بنەماڵـەکان ئەمجۆرە هاوسـەرگیرییەیان بـە هیچ جۆرێك پـێ قبـووڵ نییە.

پێویسـتە بۆ ڕزگارکرنی ژیانی هاوبەشـی ئـەو گەنجانەی هاوسـەرگیرییان لەگـەڵ کەسـێکی خەڵکـی شـوێنێکی جیـاواز یـان هەڵگـری کەلتوورێکـی جیـاوازدا کـردووە، چـی بکرێت؟

دەکرێـت ئـەم چەنـد پێشـنیارە بدرێـت بـە گوێـی ئەوانـەی هاوسـەرگیرییان لەگەڵ کەسـێکی خەڵکی شـوێنێکی تردا کردووە:

١- پێویسـتە بنەماڵـەکان بـە لێکتێگەیشـتنەوە هەڵسـوکەوت لەگـەڵ ئـەو گەنجانـەدا بکـەن، پێویسـتە لـە جیاوازیـی ئـەو کەسـانە نەڕوانـن کـە لـە ناوچەیەکـی دیکـە پـەروەردە بـوون، بەڵکـو لـەو بەهـا مرۆڤایەتییانـە بڕوانـن کـە لـە ناخیاندایـە و، بـە چـاوی لێبوردەییشـیەوە تەماشـای ڕەفتـار و خـووە جیاوازەکانیـان بکـەن، چونکـە ئـەم هەڵسـوکەوتانەی بەتـەواوی بەهـۆی شـێوازی پەروەردەبوونییەوەیەتی، نەك بە مەبەسـت و لەدژی ئەمان وا بکات، بـۆ نموونـە ئـەوەی کـە دەبێـت بـوك بـە هاتنـەوەی خـەزووری بەدەمییـەوە بچێـت و چاکەتەکەی لـێ وەربگرێت یاسـا نییـە، بەڵکـو تەنهـا دابونەریتـە و لـە ناوچەیەکـەوە بـۆ ناوچەیەکـی تـر دەگۆڕێـت.

> **هاوسەرگیریی بکەن، ئەگەر ژنەکەتان باش دەرچوو ئەوا دڵخۆش دەبن، ئەگەریش خراپ دەرچوو ئەوا دەبنە فەیلەسوف.**
>
> سوقرات

٢- پێویسـتە هاوسـەرەکانیش بـە ڕێـزەوە هەڵسـوکەوت لەگـەڵ یەکتریـدا بکـەن و، کەسـێتی و سروشـتی یەکـتری وەك خـۆی قبـوڵ بکـەن.

٣- ئەشـێت لـە ناچەیەکـەوە بـۆ ناوچەیەکی تر هەر لە شـێوازی قسـەکردن و، نانخـواردن و، جلوبـەرگ تا پەیوەندیی نێوان تاکـەکان جیاوازیی تێدا بێت، بۆیـە خـۆ نابێت هەر لـە چاوتروکانێکدا هەموو ئـەم نەریتانەیـان ڕەتبکرێنەوە، بەڵکـو پێویسـتە ئەو هەڵسـوکەتانەی لەگەڵ ئـەو ناوچەیـەدا ناگونجێن کە دوو

هاوسـەرەکە تێیـدا دەژیـن، لەگـەڵ تێپەڕبوونـی کاتـدا نەهێڵدرێـن و کۆنترۆڵ بکرێـن، نەك هەر لـە یەکەم ڕۆژی هاوسـەرییەوە هەوڵی نەهێشـتنیان بدرێت، چونکـە گـەر وا نەکـەن ئەوا ئەو کات کێشـەی گـەورە بۆ خۆیان دەسـازێنن.

٤- کاتێـك جیاوازییـەك لـە خـوو و ڕەوشـتی منداڵەکاندا بـەدی دەکرێت، پێویسـتە لەبـەر تێکنەدانـی نێوانـی دایـك و باوکیـان هۆکارەکانـی ئـەم جیاوازییانەیـان بـۆ ڕوون بکرێتـەوە، بـەڵام نـەك بوترێـت ئـەوەی دایکیـان ڕاسـتە و ئـەوەی باوکیـان هەڵەیـە، بەڵکـو دەبێـت سـوود و جوانییەکانـی ئەم جیاوازییانـە بخرێنـە ڕوو.

٥- پێویسـتە هاوسـەرەکان پێکـەوە ڕوویـەڕووی فشـارەکانی بنەماڵەکانیان ببنـەوە و پشـتی یەکـتری بەرنەدەن.

٦- باشـتر وایـە تازە ژن و مێـرد بۆ ماوەیـەك ژیانە نوێیەکەیان لە شـوێنێکی دوور لـە خـزم و کـەس بەرنـە سـەر، تـا وردە وردە بنەماڵەکانیشـیان شـێوازی ژیانـی ئەمانیان پـێ پەسـەند دەکرێت.

پێویستە ژن و مێرد لە چەند مانگ و ساڵی سەرەتای هاوسەرگیرییاندا بە پشوودرێژییەوە هەوڵ بدەن زیاتر یەك بناسن، بۆ ئەمەش تەنها ئەوەندە بەسە هەوڵ بدەن بە شێوەیەکی گونجاو هەڵسوکەوت بکەن و یەکتری نەڕەنجێنن، بەمشێوەیە ئیدی بنەماڵەکانیش وردە وردە لەگەڵ یەك ڕادێن و، جیاوازیی و کێشەکانی نێوانیشیان بە لێکتێگەیشتن و پشوودرێژی و لێبوردەیی و گفتوگۆ چارە بکەن.

گرنگترین خاڵیش لەم باسەدا ئەمەیە:

ئەگـەر کوڕەکـە لەگەڵ بنەماڵـەی کچەکەدا، یـان کچەکە لەگـەڵ بنەماڵەی کوڕەکـەدا بـە شـێوەیەکی ئەرێنـی و ڕێزدارانـە و دڵفراوانییـەوە هەڵسـوکەوت بـکات، ئـەوا هـەر زوو پێش بە بڕیارە پێشـوەختەکانی ئـەو بنەماڵەیە دەگرێت، بـەڵام ئەگـەر ساردوسـڕ بێـت لەگەڵیـان و پەیوەندییەکـی باشـیان لەگـەڵ نەبەسـتێت، ئـەوا کێشـەکانیش زیاتـر و زیاتـر دەبن.

18

هەنگاوی هەژدەیەم

گەورەترین هێز و پایەی ڕاگری خێزان، باوەڕە

«ئەو ئەندامانەی خێزان کە دەزانن و دڵنیان ژیانی ئەم دونیایان تاقیکردنەوەیە و لە دواڕۆژدا لێپرسینەوەیان لەگەڵ دەکرێت، ئەوا بۆ ڕاگرتنی ئەم ماڵە پیرۆزەیان ئامادەی هەموو جۆرە فیداکارییەکن».

پرۆفیسۆری یاریدەدەر و دکتۆر حاجی دوران

لەگەڵ پیاوێکی زۆر بەڕێز و بەشکۆی هاوسێماندا دەربارەی هاوسەرگیری گفتوگۆمان دەکرد، بەڕاستی وتەکانی وەك باوك و سەرپەرشتیاری خێزانێکی نموونەیی زۆر کاریگەربوون.

لێم پرسی: «چۆن خێزانێکی ئاسوودە و خۆشبەخت دروست دەبێت؟»

ئەویش لەوەڵامدا وتی:

١- بە ئیمانەوە منداڵەکان پەروەردە بکەن، با تاکەکان لە خێزاندا لەسەر ئەو تێگەیشتنە پەروەردە بین کە ئەوان بەندەیەکن و، لەسەر هەموو کار و کردەوەیەکیشیان لێپرسینەوەیان لەگەڵ دەکرێت.

٢- وەك دایك و باوك ببنە پێشەنگێکی نموونەیی بۆ منداڵەکانتان.

٣- با گفتوگۆکانتان و قسەکانتان لەگەڵ منداڵەکانتان لەوپەڕی میهرەبانی و سۆزداریدا بن و، هەرگیز وتەی ڕەق بەکارمەهێنن.

٤- هەرگیز درۆ لەگەڵ منداڵەکانتان مەکەن ئەگەر بە گاڵتەش بێت، با منداڵەکانتان دڵنیا بن لەوەی کە هەرچییەك دەیڵێن تەنها ڕاستییە.

٥- داواکارییە ژیرانەکانی منداڵەکانتان پشتگوێ مەخەن، هەوڵ بدەن هۆی نەگونجاویی هەندێك داواکاریشیانیان تێبگەیەنن و قەناعەتیان پێ بکەن.

٦- لەگـەڵ منداڵەکانتانـدا ببنـە هاوڕێ و، یارییان لەگـەڵ بکەن، بۆ نموونە ڕاوڕاوێـن و تەنانـەت چاوشارکێشـیان لەگـەڵ بکەن، ئەگـەر نـا ناتوانن بچنە نێـو دونیای ناخیـان و ببنە جێـی متمانەیان.

٧- پەرستشـەکان لـە ماڵـەوە پێکـەوە بکـەن، قورئـان بخوێنـن، هەفتانـە شـەوێك تەرخـان بکـەن بـۆ تاووتوێکردنـی باسـێکی ئایینـی.

٨- زوو زوو بـۆ چارەسـەرکردنی کێشـەکانی خێزانەکەتـان کۆببنەوە و، ڕێ بـدەن هەمووانیـش ڕای خۆیان هەبێـت و، دواتر بیروڕاکان بکەنـە دەنگدانەوە و، باشـترین بۆچوونیـش هەڵبژێـرن و، پەیڕەوی بکەن.

٩- زووزوو سـەردانی قوتابخانـەی منداڵەکانتـان بکـەن، ستایشـیان بکەن لەسـەر سـەرکەوتووییان و، لـە هـۆکاری شکستەکانشـیان بکۆڵنەوە.

١٠- لەگـەڵ هاوسـەرەکانتاندا بەڕێـز بـن، تـا منداڵەکانیشـتان لـە ئێـوەوە فێربـبن، ئەگەر ئێوە دایمە شـەڕتان بێـت ئـەوا ئەوانیش شـەڕانگێز دەردەچن.

١١- منداڵەکانتـان فێـر بکـەن ڕێز بۆ مافـی مرۆڤ دابنێن، با زۆر بە باشـی حـەرام و حەڵاڵیـش لەیـەك جیابکەنەوە، چونکـە ئەگەر ئـەم چەمکانە لە ژیان داببڕێـن، ئەوا ژیان وێـران دەبێت.

١٢- منداڵەکانتـان وا فێـر بکـەن ڕێـز لە گـەورەکان و خزم و کەسـەکانتان بگـرن و، دەسـتیان مـاچ بکـەن و، ببنە خۆشەویسـتی ئـەوان، تـا لەبەرامبەردا دوعـای خێریـان بـۆ بکـەن، بەمجـۆرە پەیوەندیـی خزمایەتیش بەهێـز دەبێت.

١٣- لـە هەمووشـی گرنگـتر پـەروەردەی ئایینیـی منداڵەکانە، کـە ئەمەش بـە ئەنجامدانـی پەرستشـەکان و خوێندنـەوەی پەرتـووك و نواندنـی خـوو و ڕەوشـتی جـوان بەدەسـت دێـت، واتـە پێویسـتە ژیانیـان لەسـەر تـەوەری بیروبـاوەڕ بنیـات بنرێـت.

لـەم بارەیـەوە بەدیعوززەمـان دەڵێـت: «باوەڕ بـە ڕۆژی دوایی چـووە هەر ماڵێکـەوە، ئـەوا یەکسـەر ئەو ماڵە ڕۆشـن دەبێتـەوە ...».

چونکە ئەو هاوسەرانەی بڕوایان بە زیندووبوونەوەی دوای مردن و، هاوەڵێتیی دوارۆژیان هەیە، هاوبەشی و پەیوەندییان لە دڵە تەسکەکەی دونیادا جێی نابێتەوە و، هاوڕێیەتییان پەیوەست نابێت بە ژیانی فانی و کورتخایەنی دونیاوە و، هەردووکیان دەزانن کە هاوەڵی هەتاهەتایی یەکترین، بۆیە ئاڕاستەی ژیانیشیان لەسەر ئەم هێڵە دەکێشن و، بەدوای ڕێگاکانی بەئەبەدی کردنی خۆشەویستی و ئەوینەکەیاندا دەگەڕێن.

بە پێچەوانەشەوە، خۆشەویستی و ڕێز و پەیوەندیی نێوان ئەو خێزانانەی باوەڕیان بە ڕۆژی دوایی نییە بە ئاسانی دەهەژێت، چونکە ئەندامی ئەو خێزانەی هیچ کارێکی لەپێناو دەستبەرکردنی ڕەزامەندیی خودادا ناکات و، تەنها تێرکردنی نەفسی خۆی لەبەرچاو گرتووە، بۆ خۆشگوزەرانی خۆی بە سانایی ئامادەی هەموو کارێکە، بێگومان بەم خۆپەرستییەش ئاسوودەیی خێزان لەناو دەچێت.

چەندین ئافرەت و گەنج و منداڵی لەژمارەنەهاتوو بە دەست ئازار و ناڕەحەتیی تەنیایی و پشتگوێخستن و بێ کەسییەوە دەناڵێنن، چونکە لە سەردەمێکدا ین هەر کەس ویستی لێبوو لە هەر ساتێکدا دەستبەرداری ماڵ و منداڵی دەبێت و بەدوای خۆشبەختیی تاکەکەسییدا دەڕوات.

ئەو کەسە وەك ڕۆیشتن دەڕوات، بەڵام ئایا خۆشبەخت دەبێت؟ بڵێیت بیر لەو ژیانە نەکاتەوە کە وێرانی کرد؟ هەر وا بەئاسانی دەتوانێت چاوە فرمێسکاوییەکانی هاوسەر و منداڵەکانی لە یاد بکات؟



ئەو هەرچەندە بیەوێت سۆز و بەزەیی لە دڵی دەربکات، بەڵام هەر ئاگری ویژدان ناخی دەسووتێنێت، جا بۆ دامرکاندنەوەی ئەم ئاگرەی دەروونیشی خوو دەداتە ڕابواردن و مەی خواردنەوە و خۆمەستکردن و، دەیەوێت دونیا لەبیر خۆی بەرێتەوە!

هەرچەندە ڕەنگە بۆ ماوەیەك خەمەکانی لە بیر بکات، بەڵام زۆر نابات هەر تێ دەگات ئەو خۆشییەی ئەو بە دوایدا هات لە کۆتاییدا بە ئازار و ناڕەحەتییەکی زیاتری گەیاندووە، چونکە ئیتر ئەو ژەهرەی لەگەڵ هەنگوێندا خواردی وردەوردە کاریگەرییەکانی دەردەکەوێت و، ئازارەکان دەست پێدەکەن. هەرچەندە ئەو کەسە لەو بارەدا هەوڵ دەدات خۆی هێور بکاتەوە و، لەناو بێ هیواییدا لە ژیان هەر بەردەوام بێت، بەڵام نازانێت کە خۆشییەکانی ئەم دونیایە تەنها سەرابێکن و، ئەگەر پێشیان بگات تەنها چێژێکی کاتییان لێ دەبینێت و، هێندە نین کە تێریان لێ بخوات، دوای ماوەیەکیش ئەو خۆشییانە هەڵدەگەڕێنەوە و دەبنە ئازارێکی سەدان جار لە خۆشییەکە زیاتر.

بە کورتی؛ خۆشییە حەرامەکانی دونیا وەك هەنگوێنێکی ژەهراوی وان، هەر دوای ماوەیەك بە ژانەسك لوولت دەدەن.

بەدیعوززەمان دەڵێت: «هەموو مرۆڤێك دونیایەکی بچووکی هەیە، ڕەنگەماڵەکەی بەهەشتێکی بچووك بێت بۆ ئەو، بەڵام ئەگەر ئیمان بە ڕۆژی دوایی کاریگەری لەسەر خۆشبەختی ماڵەکە نەبێت، هەر تاکێکی ئەو خێزانە بە پێی خۆشەویستی و پەیوەندیی بەو ماڵەوە ئازار و ناڕەحەتیی دێتە ڕێ، کە ئەو بەهەشتەیان لێدەکاتە دۆزەخ، یاخود بە ڕابواردن و خۆشی کاتی عەقڵ و ژیری لێ دەسێنێتەوە و قووتی دەدات.»

هەروەها دەڵێت: «ئامانجی ناردنی مرۆڤەکان بۆ سەر زەوی ناسینی بەدیهێنەری گەردوون و، پەرستنیەتی».

ئەگەر ئەم ئامانجە بکرێتە بنچینە لە خێزاندا و، هەر نەوەیەکی خێزانەکەش لە داهاتوودا بیگوازێتەوە بۆ خێزانەکەی خۆی، ئەوا ئەو چەمکە ئەفسوناوییەی کە بە ئاسوودەیی و کامەرانی ناودەبرێت بە ئاسانی دەست دەخرێت.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

پێغەمبەر (د.خ) دەفەرمووێت:

"هەر ئافرەتێکی موسوڵمان کە کۆچی دوایی کرد مێردەکەی لێی ڕازی بێت دەچێتە بەهەشتەوە" ترمزی ریوایەتی کردووە.

پێغەمبەر (د.خ) دەفەرمووێت:

"باشترینتان باشترینتانە بۆ ماڵ و خێزانی، منیش لە هەمووتان باشترم بۆ ماڵ و خێزانم" ترمزی و ئیبنو ماجە ڕیوایەتیان کردووە.

"لە خێزانێکدا کە ترسی خوا و باوەڕ بە دواڕۆژ هەبێت هەرگیز خیانەت و هەڵسوکەوتی ناشیرین و مەینەتی خێزانی ڕوونادەن".

پرۆفیسۆری خۆبەخش و دکتۆر مەزهەر ئوزمان

"ڕەوشت جوانی و، ڕووگەشیی و، زمان شیرینی، واتە چاکەکردن و دوورکەوتنەوە لە خراپە".

حەسەنی بەصری

پێغەمبەر (د.خ) دەفەرمووێت:

"ئەگەر ژن پێنج فەرزەی نوێژەکانی بکات و، ڕۆژووی مانگی ڕەمەزان بگرێت و، دامێنی بپارێزێت و، گوێڕایەڵی مێردەکەشی بکات، ئەوا پێی دەوترێت لە هەر دەروازەیەکی بەهەشتەوە دەتەوێ بچۆ ژوورەوە"

ئیبنو حەببان ڕیوایەتی کردووە.

19

هەنگاوی نۆزدەیەم

سەرەداوەکانی خۆشبەختی لە هاوسەرداریدا

«بۆ ئەوەی خۆشبەختی لە خێزاندا هەبێت، پێویستە دڵانێکی پڕ ئەوین و خۆشەویستی و نیازپاکی و شیاوی خۆشبەختی هەبن».

دکتۆر ڕۆبێرت باخ

خەیاڵی هەموو لاوێك کە تازە پێی ناوەتە ژیانی هاوسەرداریەوە دۆزینەوە و چێژلێوەرگرتنە لە خۆشبەختی، بەڵام ئەگەر ڕێگاکانی خۆشبەختی نەزانرێن، زۆر جار ئەم گەنجانە بەم ئاواتەیان ناگەن.

دوو کاری سەرەکی هەیە پێویستە ئەوانەی بە دوای خۆشبەختیدا وێڵن بیکەن:

یەکەمیان: دەستخستنی زۆرترین زانیاریە دەربارەی خۆشبەختی و تێڕوانینی پسپۆڕەکان لەبارەیەوە و، خۆپڕچەککردنە پێیان.

دووەمیان: گەڕانە بە دوای ئەو خێزانانەی بە ئاسوودەیی دەژین، تا بزانیت چۆن توانیویانە بەم بارەیان بگەن و چ بنەماگەلێکیان لەبەرچاو گرتووە.

دڵنیام گەر ئەو هاوسەرانەی دەیانەوێت کامەران بژین زانیاریەکان و نموونە زیندووەکان ئاوێتەی یەك بکەن، ئەوا (سەرەداوەکانی خۆشبەختی) یان بەدەستهێناوە و، لێرەش بەدواوە کەوتووەتە سەر تواناکانی خۆیان لە پیادەکردنیاندا.

سەرمداوەکانی خۆشبەختی



١- هەوڵ بدەن بەو توانایانەی هەتانە قایل ببن، واتە بە دانانی ئامانجگەلێك كە لە توانای خۆتان بەدەرە خۆتان مەفەوتێنن.

تاکە هۆکاری خەمۆکی و دڵتەنگیی بەردەوام ڕازی نەبوونە بەو بەشەی کە لەبەردەستدایە و خوا داویەتی، ئەمەش ئەوە دەردەخات کە هیوا و ئاواتەکانی مرۆڤ بێ سنوورن، چونکە مرۆڤ هەرچییەك بەدەست بهێنێت هێشتا تێرناخوات و ناسرەوێت.

ئەو کەسانەشی بەو بەشەی کە هەیانە قایل و دڵخۆش نین گەر چەند قاتی ئەوەشیان چنگ بکەوێت هەر دڵخۆش نابن، چونکە خۆشبەختی نابێت بە ماڵ و سامان یان شوێنێك یان کەلوپەلێکەوە گرێ بدرێت، بەڵکو پێویستە سادەترین باروودۆخ و بەخششێك ببێتە هۆی دڵخۆشی مرۆڤەکان، خۆ ئەگەر وا نەبێت ئەوا هەرگیز بە درێژایی تەمەنی بە هیچ دڵخۆش نابێت.

لەم بارەیەوە دکتۆر ئەلێکس کارێل دەڵێت:

«بڕوا ناکەم لە ژیانمدا دڵخۆش ببم، چونکە تا ئەو جێیەش هاتم کە وام بیردەکردەوە تێیدا دڵخۆش دەبم، بەڵام هەر دڵخۆش نەبووم، هۆیەکەشی ئەوەیە کە زیاتر و گەورەتر لە بەشی خۆمم ویست و، چاوم بڕییە بەرزتر، جا بە هەرچی بگەم، دووبارە داوای زیاتر دەکەم».

ئەم وتەیە گرنگیی گەیشتن بە بەختەوەریی دەردەخات بەو توانایانەی کە لەبەردەستدان، گەر مرۆڤ بە بەشی خۆی قایل نەبێت، بە هۆی چاو بڕینە بەشی خەڵکی دڵتەنگ دەبێت، ئەم بێ قەناعەتییەش ناسوپاسگوزاری لێ دەکەوێتەوە، لەڕاستیدا مرۆڤ مافی ئەوەی نییە ناڕەزایی دەربڕێت لەسەر

بەدەست نەهێنانی ئەو شتانەی دەیوستن، ڕێسای سەرەکی لە نیعمەتەکاندا ئەوەیە تەماشای خوارووی خۆتەوە بکەیت و، لە کاتی نەهامەتییەکانیشدا تەماشای سەرووی خۆتەوە بکەیت، ڕۆحی مرۆڤ بەجۆرێك دروست نەکراوە بە دونیا قەناعەت بکات، واتە ئەگەر هەموو دونیاشی پێ بدرێت هێشتا داوای زیاتر دەکات، لەبەر ئەمە پێویستە هەوڵ بدەین بە بەشی خۆمان ڕازی بین.

٢- گرنگترین سەرچاوەی کامەرانیی خێزانییشمان ئەوەیە: بیر لەو زاتە بکەینەوە کە ژیانی بە ئێمە بەخشیوە و، سوپاسگوزاری بین. ئەگەر ئەم هەستە لە دڵ و دەروونماندا جێگیر نەبێت، شوێن خۆشییە کاتییەکان دەکەوین و ژیانمان تاڵ دەکەین.

تەنها بە ناسینی بەدیهێنەری گەردوون بە خۆشبەختیی ڕاستەقینە دەگەین، واتە بە بەکارهێنانی هەموو ئەندام و هەستێکمان لە کات و شوێنی خۆیان و بۆ ئەرکی خۆیان، هەروەها بە خاوێن ڕاگرتنی ڕۆح و شکاندنی کۆت و بەندە ماددییەکان دەگەینە ئەم خۆشبەختییە.



خۆشبەختیی ڕاستەقینە ئەو هەستەیە کە لە بەئەنجامگەیاندنی فەرمانەکانی پەروەردگارەوە پەیدا دەبێت و، دڵخۆشیی و کامەرانیی ئەبەدییە.

بەدیعوززەمـان سـەعیدی نوورسـی دەڵێـت: «ئەگـەر چێـژ و لەززەتـی دونیاتـان دەوێـت، ئـەوا ژیانتـان بـە ئیـمان زینـدوو بکەنـەوە و، بە فـەرزەکان بیڕازێننـەوە و، بـە دوورکەوتنـەوە لـە تاوانـەکان بیپارێـزن» .

٣- بیرتـان نەچێـت کـە توانـای داراییتـان تەنهـا دەتوانێـت پێداویسـتییە مادییەکانتـان دابیـن بـکات و، بەختەوەریی ڕاسـتەقینە دابیـن کردنی خۆراکی دڵ و ڕۆحـە.

توانـا مادديـەکان دابینکـەری پێویسـتییە مادديیەکانـن و، مـاددە و پـارە توانـای فەراهەمهێنانـی پێداویسـتییەکانی دڵ و ڕۆحیـان نییـە، ئاسـودەیی و بەختەوەریـی دڵ و ڕۆحیـش بـە بەهـا مەعنەوییـەکان دێتە جـێ، بەختەوەریی ڕاسـتەقینەش هـەر لـەو بەهایانـەدا شـاردراوەتەوە.

٤- یەکتری قبووڵ بکەن و، زۆر لەیەکتری مەکەن بۆ ئەوەی لە ماوەیەکی کورتدا خۆتان بگۆڕن، ئەگەر نا یەکتری دەڕەنجێنن، چونکە گۆڕینی خوو و ڕەوشت ئیرادە و کاتێکی زۆری دەوێت.

٥- لەگەڵ هاوسەرەکەتدا ببنە دۆست و هاوەڵی یەکتر و، وا بیربکەنەوە ئەم هاوەڵییەتان هەتاهەتاییە، هەر بۆیە لەبەر شتی هیچ و سادە هاوڕێیەتییەکی هەتاهەتایی لەکەدار مەکەن، چونکە ئەندامانی خێزان هەم لە ڕووی ئایینەوە و هەم لە ڕووی ویژدانەوە بەرامبەر یەکتر بەرپرسیارن.

٦- لەگـەڵ یەکـتری بەڕێـز بـن و، لـە هەڵسـوکەوت و مامەڵەکانتانـدا لـە سـنووری خێزانـدا زۆر گرنگـی بەمـە بـدەن.

مەڵـێ: «کـورە هیـچ لـە خێزانەکـەی منـدا ڕوونـادات» و دەسـت بدەیتـە ناماقوڵـی و هەڵسـوکەوتی ناشـیرین، بەڵکـو بەپێچەوانـەوە، تـا دەتوانیـت زۆرتریـن ڕێـز و نـەوازش لەبەرامبـەر ئەندامەکانـی خێزانەکەتـدا بنوێنـە.

کاتێـك قسـە لەگـەڵ یـەك دەکـەن وەها قسـە بکـەن کـە لەگەڵ کەسـێکی زۆر ڕێـزدار و مەزنـدا قسـە دەکـەن، نـەك لەگەڵ کەسـێکی ئاسـاییدا.

٧- ئـەو بابەتانـە مەوروژێنـن کـە بەرامبەرەکەتـان پێیـان هەسـتیارە و پێیان نارەحـەت دەبێت.

دەشێت هاوسەرەکەتان لە پشیلە و، مشك و، مار بترسێت، دەی تۆش لای ئەو باسی ئەم شتانە مەکە، هەندێ تایبەتمەندیی وەك ترسان لە تاریکی یاخود تەنیایی مەکەنە ئامرازێك بۆ گاڵتەکردن بە بەرامبەرەکەتان، چونکە بەمە بەرامبەرەکەتان زۆر زویر دەکەن.

٨- شەڕ و دەمەقاڵێ کۆنەکان لەبیر بکەن، چونکە یادکردنەوەی ساتە بێزارکەرەکان هیچ سوودێکی بۆتان نابێت.. دووبارە و چەندبارە: «ئەوجارەش من لەسەر هەق بووم و، هەڵەی تۆ بوو!» مەدەنەوە بەچاوی یەکدا، بەم باس گەرمکردنەوانە تەنها یەکتری بێزار دەکەن، بە خەمبار بوونیش ئەو ڕۆژە ڕەشانە ناگۆڕدرێن، کەواتە ئەو وزەیەی لە کێشە کۆنەکاندا بە بایدا دەدەن، بۆ چارەسەری کێشەکانی داهاتووتانی هەڵ بگرن.



٩- پەند لە ئەزموونە تاڵەکانتان وەربگرن، هەموو ڕووداوێکی ناخۆش و خراپ بۆ سوودی خۆتان وەربگێڕن و بیکەنە وانەیەکی باش بۆ ژیانتان و دووبارەی مەکەنەوە.

١٠- لە بەرامبەر یەکدا سینە ساف بن و بە هیچ جۆرێکیش هیچ بابەتێك لەیەکتری مەشارنەوە، ئەگەر هەر باسێکی گرنگ هەبوو لە کاتی خۆیدا باسی بکەن تا دڵسافی و ڕاستگۆییتان بە دیار بکەوێت، چونکە ئەگەر بیشارنەوە و لە دواتردا ڕوون ببێتەوە ئەوا دەرەنجامەکەی زۆر خراپ دەبێت.

١١- لەسەر هەڵسوکەوتە نارێك و هەڵەکان یەکتری تاوانبار مەکەن و ئاگری شەڕ هەڵمەگیرسێنن، ئەوەش بزانن کە هەر یەکەتان هەڵسوکەوت و خووی باشتان هەیە، بۆ هەڵەکانیشتان: بەیەکەوە دابنیشن و بیر لە ڕێگەچارەیەك بکەنەوە بۆیان، تا دووبارە نەبنەوە.

١٢- لەبەرامبەر هەڵسوکەوتە هەڵەکانتاندا داوای لێبوردن بکەن و، ئەگەر خوویەکی خراپتان هەبوو ئەوا بێگومان هەوڵی چاککردنی بدەن و، بەزووترین کات ئاڕاستەکەی بگۆڕن، چونکە بەم هەوڵ و نییەت پاکییەتان دڵی یەکتری نەرم دەکەن و، زیاتر یەکتان خۆشدەوێت.

١٣- کارێـك بکـەن ئـەو کەسـە بـن کـە لـە خەیاڵـی هاوسـەرەکەتاندایە، ئەگـەر نەشـتانتوانی خۆتـان بەوجـۆرە بسـازێنن بـێ هیـوا مەبـن، چونکـە یەکـەم بەربەسـتی سـەرکەوتن بـێ هیوایـە، کەواتـە هەمیشـە ئومێـدەوار بن.

١٤- ژیانتـان بـە گوێـرەی تواناکانی خۆتان ئاراسـتە بکەن نـەك بە گوێرەی تواناکانـی خەڵـك، چونکە ئەگـەر واقیعبین بن تووشـی بێهیوایی نابن.

١٥- مەبە هۆی دڵتەنگبوونی هاوسەرەکەت، ئەگەر هەڵسوکەوتێکی خراپی لەبەرامبەر نواندیت، ئەوا لەبری تۆڵە و بەرپەرچدانەوە؛ بە هەڵسوکەوتێکی جوان شەرمەزاری بکە، بەڵام ئەمەش بەجۆرێك نەبێت هەڵسوکەوتەکەی بە ڕوودا بدەیتەوە، بەڵکو هەڵسوکەوتێکی جوان و ئەرێنیی وا بنوێنە کە دەرست لێوە فێربێت، چونکە ئەمە کاریگەرترین وریاکردنەوەیە.

١٦- تەماشای ئەو خێزانانە بکەن کە بارودۆخیان زۆر لە ئێوە خراپترە و، لەو کەسە بارگرانانە بڕوانن و شوکرانەبژێر بن لەسەر حاڵی خۆتان بن.

١٧- هـەوڵ بـدەن ژیانێکـی موسـوڵمانانە بگوزەرێنـن و، بـە خوێندنەوەی بابەتـە ئیمانییـەکان ڕۆح و دڵتـان پـێ بگەیەنـن، چونکـە لـەم سـەردەمەدا بەئاشـکرا هەسـت دەکرێت چـۆن خوێندنـەوەی بابەتە ئیمانی و زانسـتییەکان بوونەتـە هـۆی ئاسـوودەیی دڵ و دەروون و ڕزگارکردنی تاکەکان و خێزانەکان لـە گیروگرفتـە مەعنەوییەکان.

١٨- بیر بکەنەوە لەوەی ئەم دونیایە مەیدانی تاقیکردنەوەیە و خۆشـبەختیی ڕاسـتەقینە لـە دواڕۆژدایە و، گشـت ئـەم ناخۆشـیانەش پاداشـتێکیان بۆ هەیە و، ئـارام بگـرن لەسـەریان، چونکە ئەگـەر بەمجۆرە لـە بابەتـەکان بڕوانن ئەوا توانـای ئارامگرتنتـان زیاد دەکات و زیاتـر بەرگە دەگرن.

١٩- بەڕێـز و میهرەبـان بـن لە ئاسـت بەتەمەنەکاندا، تا دوعـای خێرتان بۆ بکـەن، چونکـە نزای ئەوان ئاسـوودەیی و بەرەکـەت دەڕژێنێتەماڵەوە.

٢٠- خۆتـان بـۆ پەروەردەکردنـی منداڵ ئامـادە بکەن و، هـاوکاری یەکیش بن لەو بـوارەدا.

٢١- لـە خێزانـدا گرنگـی بـە خـوو و ڕەوشـت بـدەن و، بە هەڵسـوکەوتی نموونەیـی خۆتـان بڕازێننەوە.

٢٢- هاوەڵێتیـی ئـەو کەسـانە بکەن کە بـە ئەزموونن و خوو و ڕەوشـتێکی

بەرزیشـیان هەیـە و، هەوڵ بدەن سـوودیان لـێ وەربگرن.

٢٣- سـوود لـە ئەزموونـی خێزانەکانی دیکـە وەربگرن بۆ ئاسـوودەبوونی خێزانەکەتان.

٢٤- پێکـەوە نـان بخـۆن، لە کاتـی نانخواردنیشـدا ئادابەکانـی نانخواردن فەرامـۆش مەکـەن، ئەگـەر نـا دەبنـە نموونەیەکی خـراپ بـۆ منداڵەکانتان.



٢٥- بە ناوی خوا دەست بە نانخواردن بکەن و، مۆڵەت وەربگرن بۆ هەستان و سوپاسی کابانیش بکەن.

٢٦- زۆر گرنگـی بـە پاکوخاوێنـی بـدە، بـە تایبەتیـش لـە کاتـی چوونـە تەوالێـت و گەرمـاو، ئەگەرنـا ئەندامانـی تـری خێـزان یـا خەڵکـی بێـزت لـێ دەکەنـەوە.

٢٧- بـــێ مۆڵـــەت تەماشـــای کەلوپەلەکانـــی ئەندامانی تری خێزانەکـــەت مەکە و، بەکاریـــان مەهێنە.

٢٨- لە گاڵتەوگەپی شکێنەر و لەکەدارکەر دووربکەونەوە.

٢٩- کاتێـك زۆر تـوورە دەبـن هـەوڵ بدەن بـە تەنیا بمێننـەوە، یاخود بچنە دەرەوە، یـا دەوروبەرەکەتان نەڕەنجێنن.

٣٠- زووزوو دیـاری بـۆ یەکـتری بکـڕن و، هـەر دەرفەتێکتـان بـۆ هەڵکـەوت بیسـەلمێنن کـە گرنگـی بـە یەکـتری دەدەن.

بیرتان بێت کەشی خێزانیی نائارام، دونیاتان لێ دەکاتە دۆزەخ و، بەتەوای دەبێتە کارەسات بۆتان، کەشیی سەقامگیرانەی خێزانی بەختەوەریش، بەهەشتی دونیایە، چونکە لەوێدا بە ئاسوودەیی دەگەن و، ئۆقرە دەگرن و، فشارەکانتان لەسەر کەم دەبنەوە.

ژینگەی خۆشەویستی و ڕێز ئاسوودەیی و خۆشی بە دڵەکان دەگەیەنێت، ئەمڕۆ کۆمەڵگە زۆر پێویستی بەمجۆرە خێزانانە هەیە.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

پێغەمبەر (د.خ) دەفەرمووێت:

"باشترینی ئەو پارەیەی کە کەسێك خەرجی دەکات، ئەوەیە بۆ خێزانەکەی خۆی خەرجی بکات".

موسلیم ڕیوایەتی کردووە

"ئەگەر بزانن گوێ بگرن، ئەوا گوێ بۆ قسەکانی ئێوەش دەگیردرێت".

پلوتارك

"ئافرەت بە خزمەتکردنی هاوسەرەکەی دڵخۆش دەبێت، بەڵام پێویستە هاوسەرەکەشی منەتباری ئەم خزمەتەی ئەو بێت"

سیمۆن دی بیاڤێر

20

هەنگاوی بیستەم

«کاتێك بۆ گفتوگۆ و ڕاوێژ» لە خێزانەکەتاندا دیاری بکەن

«لە هەر خێزانێکدا کێشەکان بە گفتوگۆ چارەسەر بکرێن، کەشێکی گەرموگوڕ دێتەکایەوە و، خۆشەویستی و ڕێز زیاد دەبێت، لەو خێزانانەشی کە گفتوگۆیەکی ئەوتۆ نییە لە نێوانیاندا، دەمەقاڵێی زۆر پەیدا دەبێت و، ڕق و کینەیان بەرامبەر بە یەکتری لا دروست دەبێت و پەرەدەسێنێت».

پرۆفیسۆر و دکتۆر ئیبراهیم جانان

یەکێـك لـە مامۆسـتا دونیادیدەکانـی قوتابخانەکەمـان، ئەزموونـی خـۆی دەربـارەی بابەتەکانـی پەیوەسـت بـە خێزانـەوە بـۆ بـاس دەکردیـن و دەیوت:

«یەکێـك لـە هۆکارەکانـی نائارامیی خێزان قسـە لەگەڵ یـەك نەکردنە، هەر کەشـێکی گـرژ لـە نێـوان هاوسـەرەکاندا هەبێـت بە گفتوگـۆ پـەرژ دەبێت و، کەشـێکی ئارام جێـی دەگرێتەوە.

کاتێـك کـە دەچنـەوە ماڵـەوە زۆر لـە خۆتـان بکـەن کـە لەگـەڵ خێـزان و منداڵەکانتانـدا قسـە بکـەن، ئـەو کات دەبینـن کـە ساردوسـڕیی ماڵەکەتـان چـۆن دەگۆڕێـت و پەیوەندییەکـی گـەرم پەیـدا دەبێـت لـە نێوانتانـدا.».

ئـەو وتانەی مامۆسـتاکەمان دەربـارەی هاوسـەرداری، بۆ ئاسـوودەبوونی خێـزان زۆر گرنگن.

هاوسـەرەکان دوای ماندووبوونیـان لـە کاری ڕۆژانەیانـدا، کەمێـك بـە ڕووگرژییـەوە دەگەڕێنـەوە بۆ ماڵ.. ڕۆژگار کێشـە و پێویسـتیی زۆر لەبەردەم هەر کەسـێکدا دادەنێت، بەڵام هیلاکی و مەشـغوڵ بوون کەشـێکی دەروونیی وا دەهێننەکایـەوە کە ناتوانن بەو کێشـە و پێویسـتییانەیان ڕابگەن، بۆیە قسـەی ڕەق و دڵشـکێن بـە یـەك دەڵێن، جا بـۆ ئەوەی یەکـتری نەڕەنجێنـن وا بە باش دادەنێـن کە قسـە نەکـەن، بـەڵام ئـەم ڕێگایـە ساردوسـڕی و ڕووگرژییەکەیان زیاتـر دەکات، چونکـە ئەگـەر پێکـەوە قسـە نەکـەن ئـەوا کێشـەکان هـەر لـە ناخـی خۆیاندا بـە چارەسـەرنەکراوی دەمێننەوە.

بۆ پێشگرتن لە ڕووگرژی و پەیوەندیی زبر لە خێزاندا پێویستە «گفتوگۆ» بکرێت، بە جۆرێك کە هەموو ڕۆژێك کاتێك بۆ قسەکردن دیاری بکەن و، هەریەکەیان چی دەوێت و بیری لای هەرچییەکە بیخاتە ڕوو.

ئـەو خێزانانـەی گفتوگۆیـان تێدایـە زۆر لـە کێشـەکان سـەرکوت دەبنـەوە تێیانـدا، لانـی کـەم هاوسـەرەکان دەتوانـن باشـتر لەیـەك تێبگەن.

بۆچی دروستبوونی کەشی ڕاوێژپێکردن لە خێزاندا گرنگە؟

١- بزانـن، ئەگـەر کێشـەکانی خێزان لـە کاتـی خۆیاندا چارەسـەر نەکرێن ئەوا کێشـەی دیکەیـان لـێ دەکەوێتەوە.

٢- بیرتان نەچێت: کێشەکان بە گفتوگۆ چارەسەر دەکرێن.

٣- بـە هاریکاریـی دایـك و بـاوك پێکـەوە دەتوانرێت کێشـەکان بەتەواوی چارەبکرێن.

٤- ئەو بنەمایانەی ئەندامەکان لە خێزاندا لە یەك نزیك دەکەنەوە و ڕێز و خۆشەویستی لە نێوانیاندا دروست دەکەن: ڕووخۆشی و لێبوردەیی و سۆزن، ئەمانەش بە گفتوگۆیەکی شیرین و پەیوەندییەکی گەرموگوڕ پەیدادەبن.

٥- کاتێك دەگەڕێنەوە بۆ ماڵەوە هەوڵ بدەن بابەتی گفتوگۆیەك بورووژێنن، ئیتر باسی هەرچی دەکەن سەربەستن.

٦- کاتێك دەگەڕێنەوە بۆ ماڵەوە شتێك بېەنەوە کە دڵی هاوسەرەکەتان و منداڵەکانتانی پێ خۆش ببێت، جا گوڵێك دەگرن بەدەستتانەوە، یان کتێبێك بە دیاری دەبەنەوە، یان دیارییەکی بچووك بەتایبەتی لە ڕۆژە تایبەتەکاندا، وەك

یادی لەدایك بوون و جەژن و بۆنەکان.

٧- بەیەکەوە نان بخۆن. با گشـت خێزانەکە لەسـەر سـفرە کۆببنەوە، ئیدی لـەو کاتـەدا لە کێشـەکانی خێزانەکـەت و منداڵەکانت بپرسـە و، نیشـانیان بدە کە باوکێکـی میهرەبانی.

٨- هـەر کاتێـك دەگەڕێنـەوە بـۆ ماڵـەوە دەسـت بەسـەری منداڵەکانتانـدا بهێنن و ماچیان بکەن و لە ئامێزیان بگرن، ئەمە نیشـاندەری خۆشەویسـتییەکی زۆرە لای منداڵ.

٩- لـە پـاش نانخواردنـەکان سـاتێك بـۆ چا یـان قـاوە خواردنـەوە لەگەڵ خێزانەکەتـان کۆببنـەوە و گفتوگۆیەکـی شـیرین بسـازێنن.

١٠- زۆر خۆتـان لـە گەرمکردنـەوەی ڕووداوە ناخۆشـەکان و، وتـەی هەسـت بریندارکـەر و، شـەرمەزارکردنی بەرامبەرەکەتـان بپارێـزن.

١١- خۆتان لەو گاڵتانەوە وەرمەدەن کە بەرامبەرەکەتان دەڕەنجێنن.

١٢- زۆر هەوڵ بدەن دڵی هاوسـەرەکەتان نەشـکێنن، هەمیشـە باسی کارە باشـەکانی و هەوڵـە بێوچانەکانـی بکـەن و، بڵێن کە چەند دایکێکی باشـە.

١٣- سـەرکەوتنەکانی منداڵەکانتـان -ئەگـەر بچووکیـش بـوون- بـە گەورە بـاس بکـەن و هانیان بـدەن، بەڵام شکسـت و نشوسـتییەکانیان زۆر مەدەنەوە بەچاویاندا.

١٤- بەرنامـەی کتێـب خوێندنـەوە دابڕێـژن، بـۆ نموونـە لـە هەفتەیەکـدا جارێـك یـان دوو جـار کۆببنـەوە و، دەسـت بدەنـە بابەتێکـی زانسـتی یـان ئایینـی و، گفتوگـۆی لەسـەر بکـەن و، هـەوڵ بـدەن شـتێکی نـوێ فێرببـن.

١٥- لـە ماڵـەوە نوێژەکانتـان پێکـەوە بکـەن، ئەمـە ئەندامانـی خێزانەکـە بەیەکـەوە دەبەسـتێتەوە و پەیوەندییەکـی مەعنەویـی لـە نێوانیانـدا دروسـت دەکات.

١٦- بەتایبەتـی گرنگی بـە وانەکانی منداڵەکانتان بـدەن، گوێیان بۆ ڕادێرن کاتێك باسـی قوتابخانەکەیانتان بۆ دەکـەن و، یادەوەرییەکانیان بنرخێنن.

١٧- زووزوو بچنـە سـەردانی خـزم و کـەس و دۆسـتەکانتان، بەمجـۆرە کەمێـك لـە بـار قورسـی کێشـەکانی ژیانتـان ڕزگارتـان دەبێـت.

زیادبوونـی ڕێـز و خۆشەویسـتیی نـاو خێـزان و، بەهێزبوونـی پەیوەندیی نێـو تاکـەکان و، دروسـتبوونی هاوبەشـیی و یەکڕیـزی بنەماگەلێکـی زۆر گرنگـن بۆ خۆشـبەختی خێزان، بـۆ پەیدابوونـی ئەمانەش گفتوگـۆی خێزانی ڕۆڵێکـی بەرچـاوی هەیە.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

"شیرینترین گفتوگۆ، گفتوگۆی نێوان هاوسەرەکانە، چونکە وتەکانیان لە دڵەوە دەردەچێت و، فێڵ و درۆی تێدا نییە".

جونەید ئارکن

"هیچ هێز و خۆشییەك نییە بگاتە ئاستی تێڕوانینە دڵسۆزانەکانی دوو هاوسەر بۆ یەکتری و، وتە شیرین و، دیارییە جوان و، دەستلێدانە هەست بزوێنەکانیان".

تۆماس کاریل

"مرۆڤ تەنها لە ماڵی خۆیدا مەزنترین دەستەڵاتداری دونیایە".

ئێلسی ڕۆبینسۆن

21

هەنگاوی بیست و یەکەم

پێویستە کاردابەشکردن لە خێزاندا چۆن بێت؟

«دابەشکردنی کار لە خێزاندا واتە هێز و پاڵپشتی بەیەك دان، چونکە ئەرکی خێزان چەندێك لەلایەن ئەندامانییەوە بەهاوبەشی لە ئەستۆ بگیردرێت، هێندەش پاڵپشتییەکی شیرین و هەرێمێکی خۆشەویستیی درێژخایەن دروست دەبێت».

پرۆفیسۆر و دکتۆر هالوك یاڤوزێر

ڕۆژێك بۆ جەژنە پیرۆزە چوومە ماڵی یەکێك لە هاوسێ بەڕێزەکانمان.

کوڕی گەورەی ماڵەکە لە بەردەرگا بەخێرهاتنی کردم و پێشوازیی لێ کردم، دواتر دایکی و باوکی هاتن بۆ بەخێرهاتنم و لە ژوورێکی زۆر سادەدا دانیشتین.

منداڵە هەرە بچووکەکەیان نقوڵی گێڕا و، منداڵێکی دیکەشیان چا و قاوەی بۆ گێڕاین.

سیستمێکی ڕێکوپێك و جوان لەو ماڵەدا کارا بوو، هەمووان زۆر بەباشی کاری خۆیان دەزانی و، چەند کەسێك تاوی یەك کاریان نەدەدا و، کەسیش لەسەر کەس نەدەوەستا.

پاش باس و خواسی جەژن و جەژنەپیرۆزە پرسیاری نهێنیی ئەم ڕێکوپێکییەی ماڵەکەم لە خاوەن ماڵ کرد، ئەویش وتی:

- ئێمـە هەریەکەمـان ئەرکـی خۆمـان هەیـە، بـەڵام لـە کاتـی پێویسـتدا هاوکاریـی یـەك دەکەیـن.

- واتە ئێوە کارەکانتان لە نێوان خۆتاندا دابەشکردووە؟

- بەڵـێ، دەکرێـت وا بڵێـن، بـەڵام ئـەم کاردابەشـکردنەی ئێمـە وا نییـە کە هەرکـەس بـەس کاری خـۆی بـکات و گـوێ نەداتـە ئەوانـی تـر، بەڵکـو بـە تێگەیشـتنی: «منیـش بەکەسـێك حسـابم و، ئەرکـی خـۆم هەیـە و هـاوکاری خێزانەکەمـم» کارەکانمـان دەبەیـن بەڕێـوە.

بەمجـۆرە هەم هەسـتی بەپرسـیاریەتی لـە منداڵەکاندا دروسـت دەبێت و، هـەم کارەکانیش دەچـن بەڕێوە.

ئـەم وتانـەی ئـەم بەڕێـزە زۆر بەبایـەخ بـوون، کاربەشـکردن بـە پێـی خۆشەویسـتی و هـاوکاری و یاسـا نموونەیەکـی تایبەتـە بـۆ زۆرینـەی خێزانەکانـی ئەمڕۆمـان کە ئەندامانیـان هیچ هەماهەنگییەکـی وا پەیڕەو ناکەن.

بوونـی بەرپرسـیاریەتی دیاریکـراو بـۆ هـەر ئەندامێکـی خێـزان و، یارمەتیدانـی یەکـتری لە کاتی پێویسـتدا، هەماهەنگییەکی جوان دەسـازێنێت، جـا ئەگـەر داپیـرە و باپیـرەش بەشـداربن لەمـەدا ئـەوا ڕێکوپێکییەکـی بێوێنە لـەو ماڵـەدا پەیـدا دەبێـت.

پێویستە کارەکان چۆن لە خێزاندا دابەش بکرێن؟

بێگومان لە داڕشـتنی سیسـتم و ڕێسـای ماڵ بەڕێوەبردندا هـەر ئەندامێکی خێزان بەرپرسـیاریەتیی خۆی دەبێت، بە شـێکی زۆری بەرپرسیاریەتییەکانیش دەکەوێتە سـەر شـانی دایك و باوك، داپیرە و باپیـرەش جارجارە هاوکار دەبن، منداڵـە گەورەکانیـش لـە ئەرکـی بەخێوکردنی خوشـك و بـرا بچووکەکانیاندا بەشـدار دەبن، بە واتایـەك بەمە دەوترێت دابەشـکردنی کار.

دەکرێت کارەکانی خێزان بەمجۆرە بە شێوەیەکی نموونەیی دابەش بکرێن:

کارەکانی باوك:

١ - بـاوك لە خێزاندا دەوری دەسـتەڵاتدار دەبینێـت و، بەڕێوەبردنی خێزانی لەئەسـتۆدایە، ئاڕاسـتەکردنی منـداڵ بـەرەو خەونەکانـی داهاتـووش ئەرکـی

باوکـە، ئـەم ئەرکـەی بـاوك لـە ڕووی پەروەدەکردنـی منداڵـەوە زۆر گرنگـە..
پێویسـتە پشتبەسـتنی بـاوك بەم دەسـتەڵاتە نـە زۆر و نە کەمیش بێـت، چونکە
ئەگـەر بـاوك زۆر فشـار بـکات ئـەوا پێـش بـە گەشەسـەندنی منداڵـەکان
دەگرێت.



٢- منداڵ لەڕێی هەڵسوکەوتەکانی باوکییەوە لە زۆر شت
تێدەگات، بۆ نموونە لە دەستەڵاتی باوکییەوە لە چەمکی
سەربەستی دەگات و نرخی دەزانێت، لە لایەکی دیکەوە
دەسەڵاتی باوك ڕەنگپێدەرەوەی یاساکانی کۆمەڵگەیە،
باوك هەندێك شت قەدەغە دەکات و منداڵیش
بە گوێرەی ئەوە هەڵسوکەوتەکانی ڕێك دەخات،
بەمەش هەم لە ئازادی تێ دەگات و هەم
دەزانێت قەدەغەکراوەکانیش چین و، فێری
جیاوازیکردن لە نێوانیاندا دەبێت، واتە کاتێك
هەڵسوکەوتەکانی سنووردار دەکرێن لە چەمکی
ئازادی دەگات.

٣- دەسـتەڵاتداربوونی بـاوك پێویسـت بـەوە
نـاکات تـووڕە و بەزەبـر بێـت، باوکی بـاش ئەوەیـە خۆشەویسـتی لەبەرامبەر
منداڵەکانیـدا دەنوێنێت و، لەو لاشـەوە بـۆ پەروەردەبوونیان بەپێی پێویسـتیش
تونـدی دەنوێنێـت، ڕاگرتنـی هاوسـەنگییش لەم بـارەدا زۆر گرنگـە، هەروەك
زیادخواردنـی دەرمـان نـەك سـوودی بـۆ نەخـۆش نابێـت بەڵکـو زیانیشـی
دەبێـت، بەوجـۆرەش زۆر بەزەبـر بوون لەبەرامبـەر هەڵسـوکەوتەکانی منداڵدا
ڕێگـە بـۆ سـەرهەڵدانی کێشـەی دیکە خـۆش دەکات.

٤- ئەگـەر دەسـەڵاتی بـاوك زیـاد لـە پێویسـت بـوو، ئـەوا منداڵـەکان
-بەتایبەتیـش ئەوانـەی کـە زۆر هەسـتیارن- زیانیـان بەردەکەوێـت.

منداڵـی هەسـتیار ئـەو منداڵانـەن کـە بیر لـە هەموو شـتێك دەکەنـەوە و،
ژیـر و هەستناسـکن، ئـەم منداڵانـە ئەگـەر بکەونـە ژێـر فشـارەوە کەسـێکی
گۆشـەگیریان لـێ دەردەچێـت، بۆیـە زۆر پێویسـتیان بـە یارمەتـی هەیـە.

ئـەم منداڵانــە هەڵســوکەوتی تونــدی باوکیــان هەمیشــە لــە خەیاڵــدا

دەمێنێتــەوە و، لــە قۆناغــی هەرزەکاریانــدا، کــە مــاوەی دروســتبوونی کەســایەتییە، مەترســیی زۆری دەبێــت بۆیــان.

٥- پێویسـتە بـاوك پێویسـتییەکانی هـەر تەمەنێکـی منـداڵ بزانێـت و هەڵسـوکەوت و بڕیارەکانی بەوجـۆرە ڕێك بخات، هەر لەبەر ئەمەیە پێویستە بـاوك خـاوەن پەروەردەیەکی زانسـتیی باش بێت، خۆ ئەگـەر زانیارییەکی وای نەبـوو، ئـەوا با هـەوڵ بـدات هەڵسـوکەوتەکانی منداڵەکـەی لەگـەڵ منداڵیی خۆیـدا بـەراورد بکات.

٦- بـاوك، یەکـەم کەسـی بەرپرسـە لـە پەروەردەکـردن و پێگەیاندنـی منداڵـەکان و، پێویسـتە بزانێـت کە ڕۆڵی ئەو لە گەشەسـەندن و دروسـتبوونی کەسـایەتیی منداڵەکەیـدا زۆر گرنگـە.

٧- پێویسـتە بـاوك لـە کاتـی پێویسـتدا لەگـەڵ منداڵەکـەی وەك هاوڕێیەك بچێتە دەرەوە بۆ شـوێنی جۆراوجۆری وەك مۆزەخانە، یان شـانۆگەری، یاخود ڕاوەماسـی. لـە هەندێ کاتیشـدا پێویسـتە ئەنجامدانی هەندێك کاری ئاسـان بـە منداڵەکـەی بسـپێرێت تـا هەسـتی بەرپرسـیاریەتی و متمانەبەخۆبوونی لا دروسـت بکات.

٨- پێویسـتە بـاوك وەك هاوڕێیـەك بـێ بێزاربـوون وەڵامـی پرسـیارەکانی منداڵەکـەی بداتـەوە. پێکەوەبوونـی بـاوك و منـداڵ لەکاتـی بـێ کاریانـدا و بوونـی چالاکییـە هاوبەشـەکان دەبێتە هۆی ئـەوەی زیاتر لەیەك نزیـك ببنەوە و بـە کەسـێتیی یـەك ئاشـنا بـبن. تەنهـا بەمجـۆرەش ڕێـز و خۆشەویسـتی لە نێوانیانـدا دروسـت دەبێـت و، منداڵەکـە کەسـێکی دڵخـۆش و، کامـەران و، سـەرکەوتوو و، متمانەبەخۆبـوو و، بەرپرسـیار و، خـاوەن کەسـایەتییەکی تەندروسـتی لـێ دەردەچێـت.

٩- پێویسـتە بـاوك زۆر خـۆی بـەدوور بگرێـت لـە بەکارهێنانـی وشـەی ناشـیرین و زللـە و لێـدان و هـەر هەڵسـوکەوتێکی ناشـیرین لـە خێزانـدا.

ئەرکی دایك:

١- پێویسـتە دایـك بـۆ پەروەردەکردنـی منداڵەکانی بە شـێوەیەکی زانسـتی بـاش خـۆی پێگەیاندبێت.

٢- پێویسـتە دایـك وریـای نەش و نمای منداڵەکانی بێـت و وریای خەو و

خـواردن و پاكڕاگرتنیان بێت و لە كاتی خۆیدا بە پێویستیی منداڵەكانی ڕابگات.



٣- ئەگەر دایك لە دەرەوەی ماڵیش كاری دەكرد، ئەوا وا باشترە تا منداڵەكەی دەگاتە سێ ساڵان دەست لە كارەكەی هەڵ بگرێت، چونكە ئەو سێ ساڵە بۆ پتەوبوونی پەیوەندیی نێوانیان و پەروەردەبوونی منداڵەكە بە شێوەیەكی تەندروست زۆر گرنگن.

٤- ئەگـەر هـەر ناچـار بـوو كار بـكات، ئـەوا لـە كاتـی گەڕانەوەیـدا بـۆ ماڵــەوە پێویســتە گرنگــی تــەواو بــە منداڵەكەی بــدات، جگە لەوەش پێویســتە لــە كۆتایــی هەفتــەدا كاریگەریــی ئــەو دابڕانــەی تــەواوی هەفتەكــە لــە بیــری منداڵەكــەی بباتــەوە.

٥- ئەگـەر دایـك بزانێـت منداڵەكـەی بوونەوەرێكـی ئـازادە و بـە بێ زۆر لێكـردن خۆشەویسـتی و ڕێـز لەناخیـدا بچێنێـت، ئـەوا منداڵێكـی ڕەوشـت بـەرز و بەختــەوەر پــەروەردە دەكات.

٦- لـە پەیوەندیـی سـەركەوتووی نێـوان دایـك و منداڵـدا پێویسـتە دایـك ببێتـە هاوڕێـی منداڵەكـەی و، ئارام و لێبـووردە بێت بەرامبـەری و، داواكارییە گونجاوەكانـی بـۆ بێنێتـە جێ و هەڵەكانیشـی بە شـێوەیەكی جوان بۆ ڕاسـت بكاتەوە.

٧- پێویستە دایك بزانێت كە دەبێت داڵدە و پەناگەی منداڵەكەی بێت و لە ڕاپەڕاندنی كارەكانیدا هاوكاری بێت.

٨- دەبێـت دایـك منداڵەكـەی بـە شـێوەیەك پـەروەردە بكات كـە بتوانێت خـۆی بپارێزێـت و، هەسـتی پشـت بەسـتنی بـە یەكێكی تـر لـە لا بگەیەنێتە نزمترین ئاسـت.

٩- لەگەڵ ئەوەی پێویستە دایك ئاگاداری ژیانی منداڵەکەی بێت، بەڵام دەبێت ئەوەش قبوڵ بکات کە منداڵەکەی ژیانێکی تایبەتی خۆی هەیە و، خوێندنەوەی دەفتەری یادەوەرییەکانی و، گوێگرتن بۆ قسە و گەڕان بەدوای نهێنییەکانیدا کارێکی ڕاست نییە.

١٠- پێویستە دایك خۆی لە منداڵەکانی نزیك بکاتەوە و، ڕێزیان لێ بگرێت و، هاوکاریان بێت و، وزەی بوێرییان پێ ببەخشێت.

١١- نابێت دایك وا بزانێت کە لە پەروەردەکردنی منداڵدا هەموو شتێك دەزانێت، بەڵکو پێویستە زۆر بە چڕوپڕی خۆی بۆ پەروەردەکردنی منداڵەکانی ئامادە بکات.

لە خێزاندا پێویستە باوك هاوکاری دایك بێت و دایکیش هاوکاری باوك بێت، بەڵام نابێت لەبری یەکتری ئەرك بەجێ بهێنن".

جۆرج هێربێت

ئەرکی منداڵەکان:

١- بۆ دروستبوونی هەستی بەرپرسیاریەتی و متمانەبەخۆبوون لە منداڵدا پێویستە چەند ئەرکێکی لە خێزاندا پێ بسپێردرێت.



٢- بۆ نموونە پێویستە چاودێریکردنی گوڵەکانی ماڵەوە بۆ منداڵەکان جێ بهێڵدرێت.

٣- وا باشترە منداڵەکان بچن بۆ کڕینی نان و سەوزە و پێویستییە سادەکانی ڕۆژانە.

٤- پێویستە داوایان لێ بکرێت کەلوپەلەکانیان ڕێك بخەن و، ژوورەکەیان پاك بکەنەوە و جێ و نوێنەکانیشیان ڕێك بخەن.

٥- دەبێت بەشداربن لە پێشوازیکردن لە میوانەکان و، چا و قاوە بگێڕن و خزمەتی میوانەکان بکەن.

٦- دەبێـت ئامۆژگاری بکرێن تـا پارەیان بە فیرۆ نـەدەن و، کەلوپەلەکانیان بەجوانـی بەکاربهێنن و، کارەکانیان بە ڕێسـا بەرن بەڕێوە.

٧- کاتێـك هێنـدە گـەورە بوو کـە لەبـارەی داهاتوویـەوە چاوکـراوە بێت، ئـەوا پێویسـتە لـە بوارێکـدا کـە خـۆی ئـارەزووی لـێ بێـت کار بـکات، تـا بـە واقیعـی ژیـان ئاشـنا ببێـت.

لە خێزاندا، هەر تاکێك خاوەن ماڵە، بۆیە پێویستە هەر تاکێکیش ئەرکێکی هەبێت.

حەمدی تانپنار

٨- پێویسـتە دەسـتکاری ئـەو پارەیـە نەکرێـت کە تایبەتـە بە منداڵەکـە، بەڵکو دەبێـت ئامـۆژگاری بکرێـت تـا بەپێـی پێویسـتی خۆی بـە شـێوەیەکی گونجاو بەکاربیهێنێـت.

ئەرکەکانی داپیرە و باپیرە:

ئـەو کەسـانەی خاوەنـی نـەوەن، پێویسـتە پەیوەندیەکـی بـاش لەگـەڵ نەوەکانیـان ببەسـتنن، تـا ڕێـز و خۆشەویسـتی لـە نێوانیانـدا هەبێـت، چونکە ئـەو بەسـاڵاچووانەی دەتوانـن ڕێـز و خۆشەویسـتیی نەوەکانیـان بەدەسـت بهێنـن تەمەنێکـی تەندروسـتر و ئاسـوودەتر بـەڕێ دەکـەن.

هەرچەنـدە لـە وڵاتـی ئێمـە و بەتایبەتـی لـە شـارەکاندا خێـزان تەنهـا لـە دایـك و بـاوك و ئـەو منداڵانـە پێکدێـت کـە هاوسـەرگیریان نەکـردووە، بـەڵام هێشـتا هـەر بـە پاڵپشـتی دایەگـەورە و باوەگـەورە ماونەتـەوە و بەڕێـوە دەچـن. ئەگـەر پەیوەندیـی نێوان نەنە و باپیـرە لەگەڵ منداڵەکانـدا بەهێز بێت، ئـەوا بـاری سەرشـانی دایـك و بـاوك کەمێك سـووك دەبێـت. کاتێـك منداڵ گرنگییەکـی تـەواو بـەوە دەدات کـە دڵـی دایـك و باوکی یـان نەنـە و باپیرەی لـێ نەڕەنجێـت، نەنـە و باپیـرەش هەمیشـە وەڵامـی هەمـوو «نەخێر»ێکـی بە «بەڵـێ» دەدەنـەوە و، ئەوپـەڕی لێبـووردە دەبن بەرامبـەری، لەم کاتـەدا ئەگەر منـداڵ لە لایـەن دایـك و باوکییەوە وەڵامێکـی نەرێنی وەرگرت، ئـەوا لە لای نەنـە و باپیـرەی داواکارییەکانـی دەخاتـە ڕوو و، تـا ڕاددەیەکـی زۆریـش بـە ویسـتەکانی خـۆی دەگات. داپیـرە و باپیرە بۆ پاراسـتنی ئەم خۆشەویسـتییەی نەوەکانیـان بـەردەوام هـەر لەسـەر ئـەم هەڵسـوکەوتەیان بـەردەوام دەبـن، جا

منداڵیش ئەگەر هەرچییەکی ویست خرایە بەر دەستی، ئەو کات کەسێکی بەناز و سەرەڕۆی لێ دەردەچێت، کەواتە چاوپۆشی و پارێزگاریش بەم ئەندازەیە ناهاوسەنگی لە پەروەدەی منداڵەکەدا دروست دەکات.

پێویستە دایك و باوك یەکەم بەرپرسی پەروەردەی منداڵەکانیان بن، ئەگەریش پێویستی کرد با دایك و باوك بۆ دڵڕەنجاندن داوا لە داپیرە و باپیرە بکەن کەمێك پشتگیریان بن تا بەو شێوەیەی خۆیان دەیانەوێت منداڵەکانیان پەروەردە بکەن، چونکە پێویستە دەستەڵاتی پەروەردەکردنی منداڵ لای دایك و باوك بێت.

لەڕاستیدا نابێت دایەگەورە و بابەگەورە تەنها ڕۆڵی هاوکاری تەماشاکار ببینن لە خێزاندا، بەڵام لە هەمان کاتدا پێویستە هیچ خۆیان لە ئەرکەکانی دایك و باوکی منداڵەکانەوە وەرنەدەن، چونکە دەشێت ئەمە ئاسوودەیی خێزان تێك بدات. پێویستە بەرپرسیاریەتی نەنە و باپیرە وەك ڕاوێژکار بێت، واتە لە کێشە و گرفتەکاندا بە هۆی ئەزموونیانەوە بیرۆکە و پێشنیاریان بەهەند وەربگیردرێت، خۆ ئەگەر سنووری دەسەڵاتی دایك و باوك نەپارێزرێت و لەگەڵ سنووری دەسەڵاتی داپیرە و باپیرەدا تێکەڵ ببێت، ئەوا دەشێت هەندێ ناڕەحەتیی بەدواوە بێت.



22

هەنگاوی بیست و دووەم

خێزانەکەتان بکەنە «لانەی خۆشەویستی»

«خۆشەویستی، هەناسەیەکی پاك و، هێزێکی پتەوکار و، بەختەوەرییەکە لە نێوان تاکەکانی خێزاندا و، وەك دەستێکی ئەفسوناوییە کە دەتوانێت هەموو کێشە و نەخۆشییەك چارە بکات».

د. هارن هۆڕنی

ئەو دەنگەی لە تەلەفۆنەکەدا بیستم بە هەڵچوونەوە دەیوت:

«مامۆستا، ناتوانم لەوە زیاتر بەرگە بگرم، هاوسەرەکەم جگە لە کارەکەی بیر لە هیچ شتێکی تر ناکاتەوە، منیشی کردووەتە پلەی دووەم لای خۆی، هەرئەڵێی لەگەڵ کارەکەیدا هاوسەرگیریی کردووە، نەك من!

بەیانیان زوو دەڕوات و، شەوانیش درەنگانێك دەگەڕێتەوە بۆ ماڵەوە، زۆر جار ڕۆژانی پشووش دوکانەکەی دەکاتەوە. بەئاواتەوەم ڕۆژێك بەخێزانیی بڕۆینە شوێنێك، بچین پیاسەیەك بکەین، یان بچین بۆ سەیرانێك، مافی ئەوەمان نییە؟ هەر دەڵێی لە زینداندا ژیان بەسەر دەبەم.

هەرچییەك دەکەم ناتوانم ئەوە لە هاوسەرەکەم بگەیەنم کە شتی لە پارەش بەنرختر هەیە، هەمیشە بە هیلاکی و ڕووگرژییەوە دەگەڕێتەوە، کاتێکیش نانەکەی خوارد، لە سووچێکدا خەو دەیباتەوە، ماڵەوەی لا وەك ئوتێلێك وایە و هیچی تر.

شـەڕ و دەمەبۆڵێشـمان هـەر لـێ نابڕێت.. من ئەوەندەم بەسـە کـە تۆزێك گرنگیـم پـێ بـدات و بە کەسـێکم دابنێـت، هیچی کەم لێـی ناوێت.

مامۆستا، تکایە هاوکاریم بکە، ئەترسم تووشی خەمۆکی ببم».

ئەمـە دیمەنـی خێزانێکە کە ماددە لە پێش خۆشەویسـتی و هاوبەشـییەوەیە تێیـدا، ئەمـە و هاوشـێوەی ئەمـە نەخۆشـیگەلێکن کە لـە خێزانەکانـی ئەمڕۆدا زۆر بەدیـار دەکـەون، نەخۆشـیی نەبوونی خۆشەویسـتی... یان برسـی بوون بۆ خۆشەویسـتی...

لەگـەڵ نووسـەری بەناوبانـگ (وەهبـی وەققـاس ئۆغڵـو)دا دەربـارەی (خۆشەویسـتی لـە خێزانـدا) قسـەمان دەکـرد.

وەقـاس ئۆغڵـو -کـە بـە هەوڵەکانی لە تـەوەری خۆشەویسـتیدا نـاسراوە- ئـەم شـتانەی دەربـارەی هـۆ و گرنگی و ڕۆڵی خۆشەویسـتی لـە خێزاندا وت کـە زۆر واتـادار و جێی بایـەخ بوون:

«دەوڵەمەنـدی و مـاڵ و سـامان مرۆڤەکانـی لـە ڕووی خۆشەویسـتییەوە هـەژار کـردووە، لەکاتێکـدا کـە خۆشەویسـتی بناغـەی هەمـوو قازانجەکانی دیکەیـە، بگـرە خۆشەویسـتی ڕۆحـی خێزانـە.

مـرۆڤ کاتێـك دەمرێـت ڕۆحـی دەردەچێـت و، لاشەکەشـی هیـچ بایەخێکـی ئەوتـۆی نامێنێـت، لـە خێزانیشـدا ئەگەر خۆشەویسـتی نەمـا ئەوا خێزانەکـە وەك جەسـتەیەکی مـردووی لـێ دێـت.

ژینـی خێزان بـە خۆشەویسـتی چـرۆ دەکات و دەژیەتەوە، خۆشەویسـتی هێنـدە ئەفسـوونێکی سەرسـوڕهێنەرە، کـە هەمـوو کەسـێك لـە خێزانـدا بـە هـۆی کاریگەریـی ئـەوەوە لەیـەك نزیـك دەبنـەوە و، بـۆ یەکـتری دەژیـن. ئەگـەر کەشـی مـاڵ بـە خۆشەویسـتی بڕازێنرێتـەوە، گفتوگـۆی نێـوان تاکەکانیـش وریایانـە و گرنـگ دەبێـت.

پێویستە ئاڕاسـتەی خۆشەویستی ڕووەو دوارۆژ بێـت، چونکـە

> "خێزان، کۆشکێکە تەنانەت پاشاکانیش ناتوانن بچنە نێوی، چونکە بە پەرژینی خۆشەویستی دەورە دراوە".
>
> ئۆسکار وایڵد

خۆشەویستیی دونیایی کورتخایەنە و، لەسەر سوود و قازانج ڕاوەستاوە، بەڵام خۆشەویستی لەسەر تەوەری دواڕۆژ بەهێز و نەبڕاوەیە.

ئەو خێزانانەی خۆشەویستییان کردووە بە بناغە، ئاسوودە و بەختەوەر دەبن، ئەوانەشی کە خۆشەویستییان بزر کردووە ئاژاوە و ساردوسڕییان لە سەری خۆیانەوە ئاڵاندووە».

هاوڕێی ئازیزم (جەمیل تۆکپنار)، نووسەری پەرتووکی (خۆشەویستی تا سەر) دەربارەی خۆشەویستی لە خێزاندا دەڵێت:

«پێویستە مرۆڤ زۆرترین توانای خۆی بۆ خێزانەکەی تەرخان بکات، دڵنیا بێت ئەمە لە کاری ڕۆژانەی زۆر گرنگترە، چونکە ژیانی مرۆڤ ژیانی خێزانەکەیەتی.

پێویستە خۆشەویستی بە تەواوی واتا و شکۆیەوە لە خێزاندا ڕەنگ بداتەوە.

خۆشەویستیش مەعنەوییە، بە چاو نابیندرێت، بە دەست ناگیردرێت، هیچ کەسیش ناتوانێت هەستەکانی دڵ بخوێنێتەوە، خۆشەویستی ئەگەر بە شتە دیارەکان بنەخشێندرێت هەستی پێ دەکرێت، خۆ ئەوەی وا دەکات کە چل ساڵ یادەوەریی قاوەخواردنەوەیەکت بیر بمێنێت کوپە قاوەکە نییە، بەڵکو ئەو خۆشەویستییەی دۆستەکەتە کە لەو قاوەیەدا ڕەنگ دەداتەوە کە پێشکەشی کردوویت.

> **"ئەوانەی لە دەرەوەی خێزاندا بەدووی بەختەوەریدا دەگەڕێن، واتە بەختەوەری ماڵەوەیان نەماوە، چونکە ئەگەر خۆشەویستی لە خێزانەکەیاندا ڕەنگ بداتەوە، بەختەوەرییش هەر لەوێ پەیدا دەکەن".**
>
> جان جاك ڕۆسۆ

چارەسەری زویری و دڵڕەنجان و زۆربەی کێشە خێزانییەکان: تێڕوانینە ئەوینداریيەکان و، خەندەی شیرین و، دەربڕینی هەستە قووڵەکانە.

خۆشەویستی مەخلوقێکە، کە کەشێکی ئەفسوناوی لە ماڵدا دەسازێنێت و، چارەسەری دڵە بریندارەکان دەکات.

خۆشەویستی خەندەیەکە، یان دەست بەسەرداهێنانێکە، یاخود هەندێ

جار تەنها سڵاوکردنێکە لە قووڵایی دڵەوە.

ئەو هاوسەرانەی کە وریای ئەم وردەکاری و تایبەتمەندییانە دەبن، لانەیەکی تەمەن درێژ پێك دەهێنن، کە جێی ئیرەیی پێبردنە».

پێویستە ڕوو و واتای خۆشەویستی لە خێزاندا چۆن بێت؟

بەدیعوززەمان مامۆستا (سەعیدی نوورسی) جوانترین وەڵامی ئەم پرسیارەی داوەتەوە، کە دەڵێت:

«کۆکەرەوەترین پەناگە و، بنەڕەتترین چەق و بەهەشتێك بۆ ژیانی دونیای مرۆڤەکان ژیانی خێزانە و، ماڵ دونیای بچووکی هەر مرۆڤێکە و، ژیان و بەختەوەریی ئەو ماڵ و خێزانە بە دڵسۆزی و ڕێزی وەفادارانە و سۆزی ڕاستەقینە و میهری فیداکارانە دەستەبەر دەبێت و، ئەم ڕێزە ڕاستەقینەیە و ئەم میهرەبانییە دڵسۆزانەیەش بە بیروباوەڕی هاوەڵێتیی هەتاهەتایی و، هاوبەشی و پێکەوەژیان لە ژیانێکی بێ سنوور و، پەیوەندییەکی خوشك و برایانە و هاوەڵانە لە کاتێکی نەبڕاوەدا پەیدا دەبێت، بۆ نموونە بیر دەکاتەوە و دەڵێت: ئەم خانمەم هاوەڵ و دۆستمە لە ژیانی هەمیشەیی و جیهانی نەبڕاوەدا، ئەگەر هاوەڵی ژیانم ئێستا پیر و ناشیرینیش بێت کێشەیەك نییە، چونکە جوانییەکی نەبڕاوەی هەیە و، لەبەر خاتری هاوەڵی داهاتوو و ئەبەدیمان ئامادەی هەموو فیداکاری و میهرەبانییەکم.

بەمجۆرە لەگەڵ خێزانە بەتەمەنەکەیدا قسەی خۆش و شیرین دەکات هەروەك ئەوەی لەگەڵ حۆرییەکدا بدوێت، ئەگەر نا هاوڕێیەتییەك کە دوای دوو کاتژمێرێك پێکەوە بوون بە لێکدابڕانێکی هەتاهەتایی بگات، بە دڵنیاییەوە تەنها حەزێکی جنسیی کاتیی و بێ بنەمای ئاژەڵانە و سۆز و ڕێزێکی ڕووکەشی سەرچاوەیەتی و، هەروەك ئاژەڵانیش ئەو ڕێز و خۆشەویستییە ڕوکەشییە دەکەوێتە ژێر پێی قازانج و هەستە زاڵەکانی دیکە و ئەو بەهەشتەی دونیا دەکەنە دۆزەخ.»

> **پێویستە نزاکان پڕ بە دڵ بن، نەك پڕ بە دەم.**
>
> سەلیم گوندوزاڵپ

ئەوانەی لەسەر بنەمای هاوەڵێتیی هەتاهەتایی برەو بە خۆشەویستییەکەیان

دەدەن مافەکانی یەکتری لەبەرچاو دەگرن و، لەبەر خاتری هاوەڵێتییەکەیان هەموو فیداکارییەك دەکەن و، لەبری ڕاکردن بەدوای خۆشی و لەززەتە دونیاییەکاندا هەوڵ دەدەن چرکەساتە فانییەکانیان بێ سنوور بکەن، ئیدی ئەوکات خێزانیش دەبێتە باخێك لە باخەکانی بەهەشت.

هەر کاتێك خۆشەویستیی ڕاستەقینە جێی خۆشەویستیی زووتێپەڕ و فانیی گرتەوە، ئەو کات کامەرانی و ئارامی باڵ بەسەر خێزاندا دەکێشێت، چونکە ئەو هاوسەرانەی یەکتری بە دیارییەکی پەروەردگار دەزانن، بە ناوی ئەو زاتەوە خێزانەکەیان لەسەر بنەمای هاوەڵێتیی ئەبەدی بنیات دەنێن.

خێزان تەنها ئەگەر لەسەر بنەمای هاوەڵێتیی هەتاهەتایی بنیات بنرێت تەندروست دەبێت، چونکە ئەوانەی بە بیری ژیانی هەتاهەتایی و هاوڕێیەتی نەبڕاوەوە هەڵسوکەوت لەگەڵ یەك دەکەن، خۆشەویستییەکەیان تەنها بە جوانییەکانی دونیاوە وابەستە نابێت.

ئەم وتانەی مامۆستا سەعیدی نوورسیش لێکدانەوەیەکی دیکەیە بۆ باسەکە، کە دەڵێت:



«خۆشەویستیی ژنەکەشت کە هاوسەری ژیانتە، با لەسەر ئەو بناغەیە بێت کە دیارییەکی (هاودەم و نەرمونیانی) میهرەبانیی خوای گەورەیە. نەکەی ئەو خۆشەویستییەت ببەستیتەوە بە جوانییە ڕواڵەتییەکەیەوە کە بە زوویی تەواو دەبێت و نامێنێت! بەڵکو بیبەستەوە بەو جوانییەی کە هەرگیز ناڕوات و ڕۆژ بەڕۆژ لەزیادبووندایە، ئەویش جوانیی ڕەوشت و هەڵسوکەوتی پاك و بێگەردیەتی کە لەناخی نەرمونیانی ئافرەتدا ڕەگی داکوتاوە.

بەرزترین و شیرینترین جوانیی ئافرەت لە سۆز و شەفەقەتە نوورانی و بێ گەردەکەیدایە، خۆ ئەم جوانیی شەفەقەت و ڕەوشتەش هەمیشەیە و تا کۆتایی تەمەن هەر لە زیادبووندایە و، تەنها بە خۆشویستنی ئەو دوو لایەنەشە کە مافەکانی ئەم بەدیهێنراوە لاواز و نەرمونیانە دەپارێزرێن، دەنا لەکاتێکدا کە جوانیی ڕواڵەتیی نامێنێت و لە هەموو وەختێك پتر پێویستی بە مافەکانی دەبێت، هەموو مافەکانی دەخورێن و پێ شێل دەکرێن.؟

ئەگەر هاوسەرەکان تەنها بۆ هاوڕێیەتی دونیا یەکدییان خۆشبوێت و پەیوەندییان پێکەوە هەبێت، ئەوا خۆشەویستییەکەیان دەبڕێتەوە و، پێکەوەبوونیان تەنها بۆ ژیانی ئەم دونیایە سنووردار دەکەن.

بەڵێ، ئەگەر هاوسەرەکان بە خۆشەویستی و سۆزێکی ڕاستەقینە پێکەوە نەبەسترێن، ئەوا لەگەڵ نەمانی جوانییە ماددییەکان خۆشەویستییەکەشیان کاڵ دەبێتەوە و، لەگەڵ تێپەڕبوونی گەنجێتییدا وەك ئاوابوونی خۆر، تاریکایی و نائارامی باڵ بەسەر لانەی خێزانییاندا دەکێشێت.. هەر ئەم خۆشەویستییەی کە تەنها لەبەر ژیانی سنوورداری دونیا بووە، بووەتە هۆی هەڵوەشاندنەوەی زۆر خێزان.

ڕێگاکانی درێژەپێدانی خۆشەویستی لە خێزاندا کامانەن؟

بۆ سازاندنی کەشی خۆشەویستییەکی قووڵ و کاریگەر لە خێزاندا، چەند ئەرکێك دەکەوێتە سەر شانی هاوسەرەکان، کە ئەمانەن:

١- ئەرکە خێزانییەکانتان لە سەرووی گشت ئەرکەکانی دیکەتانەوە دابنێن و، هەرگیز خێزانەکەتان مەکەنە فیدای کارەکەتان، چونکە خێزان پێویستی بە زۆرترین چاودێری و خزمەتکردنە.

٢- کاتێك دەگەڕێنەوە بۆ ماڵەوە، یەکسەر هەستی ماندوویەتی و فشار و تووڕەیی نیشان مەدەن، ئەگەر هەر بەڕاستیش ئەو هەستانەتان هەبوو، ئەوا زۆر لە خۆتان بکەن خەندە بهێننە سەر لێوی ئەوانەی بەرەو پیرتان دێن، چونکە ئەوان تەنها چاوەڕوانی خەندەیەك و، دواندنێکی شیرین لە ئێوە دەکەن.

٣- کاتی تایبەت بۆ خێزانەکەتان تەرخان بکەن و، ئەو کاتانەتان لەگەڵ ئەواندا بەڕێ بکەن، بۆ نموونە: بچن یاری بکەن، یان بڕۆن بۆ گەشتێك،

یـان هەر بچن پیاسـەیەك بکـەن، چونکە ئـەم چالاکییانـە پەیوەندیـی نێوانتان بەهێز دەکات.

٤- هـەر لـەو کاتـە تەرخانکراوانـەدا کۆببنـەوە و قسـە لەسـەر کێشـەکانی خێزانەکەتـان بکـەن، بـا ئەوکاتانـە هەمـووان بتوانـن کێشـەکانیان و پێشنیارەکانیشـیان بخەنـە ڕوو.

٥- ستایشـی دەسـتکەوتەکانی منداڵەکانتـان بکـەن و، بیـان دوێنـن و، متمانەیـان پـێ ببەخشـن.

٦- ستایشـی دەسـتڕەنگینیی هاوسـەرەکەتان بکـەن و، زووزوو بە هەوڵ و تێکۆشـان و کارەکانیدا هەڵ بدەن و، بە شـیرینترین وشـەش ئەم هەسـتانەیان بـۆ دەرببڕن.

٧- لـە ڕۆژە تایبەتەکانـدا دیارییەکیـان پێشـکەش بکـەن کـە حـەزی لـێ بکەن.



٨- خۆشەویستیتان بۆ ئەندامانی خێزانەکەتان بە هەڵسوکەوتەکانتان دەرببڕن، بەمجۆرە خۆشەویستی هاوسەرەکەت و منداڵەکانیشتان بەدەست دەخەن و، زیاتر وابەستەی خۆتانیان دەکەن.

لە کۆتاییدا دەڵێم، ئەگەر بە ئەرکی خۆشەویستی بەخشین بە خێزانەکەتان ڕابگەن، ئەوا گۆڕانی گەورە دەبینن کە لە ماوەیەکی کورتدا ڕوو دەدات و، دەبینن کە کەشی بێزاریی و نائارامیی خێزانەکەتان دەگۆڕدرێت بۆ بەهەشتی دونیا.

ئەوانەی کە بە یەك هەست
دەدوێن لەیەك دەگەن،
نەك ئەوانەی بەیەك زمان
قسە دەکەن.

مەولانا

23

هەنگاوی بیست و سێیەم

خێزانی ئاسوودە تەمەنی ئەندامەکانی درێژدەکات

«بەپێی ئەو توێژینەوانەی لە ئەمریکا کردمان، ئەوەمان سەلماند کە خێزانی بەختەوەر (تەمەن) درێژ دەکات و، دەرکەوت ئەو پیاوانەی هاوسەرگیرییان نەکردووە تەمەنیان لەو پیاوانە کورتترە کە خێزاندارن، هۆی بنەڕەتیی ئەمەش گوزەراندنی ژیانێکی ڕێکوپێکە لە خێزاندا».

پرۆفیسۆر دکتۆر دەیفیز

بێ هۆ نییە هەموو ئایینە ئاسمانییەکان -بەتایبەتیش ئیسلام- پشتیوانیی هاوسەرداری دەکەن و، بە پیرۆزی ناودەبەن و مرۆڤەکانی لەسەر هان دەدەن.

هاوسەرداری، واتە پێکەوە ژیان و، پێکەوە ڕووبەڕووبوونەوەی کێشەکان و، بەشداربوون لە خۆشی و ئاسوودەییەکانی یەکتردا، بە واتایەکی دیکە هاوسەرداری پایەیەکی ماددی و مەعنەوی و، هێزێکە لەبەرامبەر تەنگەژە و بەربەستەکانی ژیاندا.

لەبەر ئەوە ئاسوودەیی خێزانیی، کاریگەریی لەسەر ژیانی مرۆڤ و بەتایبەتیش لەسەر تەندروستیی دەبێت، ئەو کەسانەشی کە بە تەنها دەژین و، غەرقی کێشە و خەم و خەفەت بوون، لەبەردەم ئەگەری تێکچوونی تەندروستیی دەروونی و، سەرکزکردن بۆ کێشەکاندان.

لە توێژینەوەیەکدا کە لە فەڕەنسا ئەنجامدراوە، داوا لە (٥٠٠) کەس کراوە کە تەمەنیان لەسەروو (٨٠) ساڵییەوە بووە نهێنییەکانی تەمەندرێژییان بدرکێنن.

هەر لەو توێژینەوەیەدا دەرکەوتووە کە گرنگترین هۆکاری تەمەن درێژیی، ژیانە لە سایەی خێزانێکی بەختەوەردا.

ئەوەی لە لێکۆڵینەوەکەدا زۆر سەرنج ڕاکێشە ئەوەیە ئەو کەسانە لە چینی ناوەند یان هەژاردا بوون و، بەردەوام کاری ماندووکار و گرانیان هەبووە، بە واتایەکی دیکە بە دۆزینەوەی ڕێگەی بەختەوەریی بەو توانا کەمەیانەوە لە ژێر زۆر باری گرانی دونیادا ڕزگاریان بووە.

سەبارەت بە بابەتی تەمەن درێژیی و پەیوەندیی بە بەختەوەریی خێزانەوە دەکرێت بەکورتی ئەم خاڵانە بخەینە ڕوو:

١- خێزان، ئەو جێیەیە کە مرۆڤی تێدا دەپارێزرێت و، بەهای شیاوی خۆی پێ دەدرێت، ئەمەش کاریگەریی ئەرێنی لەسەر دەروونی مرۆڤ هەیە.

٢- بوونی پەناگەیەك کە مرۆڤ تێیدا بحەوێتەوە، هێمنی بە ناخ و دەروونی ماندووی دەدات، ئەمەش بەهێزترین داڵدەی پارێزەرە لە چەندین ترس و بیم.

٣- ئەگەر لە کاتی ناڕەحەتی و گیروگرفتەکاندا کەسێك هەبێت دەردەدڵی لا بکەیت و، لەگەڵتدا شان بداتە بەر کێشەکان، ئەوا دەبێتە ئارامییەکی بێوێنە بۆت.

٤- بوونی کەسانێك کە بەهرە و خۆشییەکانتانیان لەگەڵ بەش بکەن، مەزنترین دەوڵەمەندییە.

٥- پێکەوە دارشتنی پلان و، هەنگاونان بەرەو ئامانجەکان و، بوونی بیروڕای هاوبەش، هێز بە مرۆڤ دەبەخشێت و، توانای خۆڕاگریی زیاد دەکات.

٦- ماڵ، وەك قوتابخانەیەك وایە کە فشار لەسەر مرۆڤ ناهێڵێت و، ئاسوودەیی پێ دەبەخشێت.

٧- ئـەو جێیانـەی کـە هەسـتە مەعنەوییەکانـی تێـدا ڕەنـگ دەداتـەوە، ئارامییەکـی بـێ وێنـە بـە مـرۆڤ دەبەخشـن.

٨- لەمـرۆدا لەگـەڵ زیادبوونی نەخۆشـیی خەمۆکی، سـەرەکیترین هۆی بەرگریکـردن لێـی خۆڕزگارکردنە لە تەنهایـی. خێزانیش گرنگترین شـوێنە بۆ بەدوورگرتنـی مرۆڤ لـە خەمۆکی.

٩- هیـچ کەسـێك ناتوانێـت لە هیـچ جێیەکی دیکـە جگە لە خێـزان هێندە بـە هەسـتەکانی خۆشەویسـتی و ڕێز و سـۆز و میهرەبانی و هاوبەشـی خۆی شـاد بکات.

١٠- چێـژی منـداڵ و نـەوە خسـتنەوە و، پەیوەندیـی ڕۆحیـی نێـوان هاوسـەرەکان و، هاوکاریـی کەسـوکار و، بەدەسـتهێنانی توانـای بەڕێوەبردن، چەنـد تایبەتمەندییەکـی جیاکـەرەوەی خێزانـن.

مرۆڤـی ئـەم چەرخەمـان، لـە ماڵەکەیـدا بـەدووی ئارامـی و ئاسایشـدا وێڵـە و، دەیەوێـت مێشـکی کەمێك ئاسـوودە ببێـت، بۆیە گرنگیـی هەبوونی ماڵێکـی بەختـەوەر لـەم ڕۆژگارەمانـدا زۆر زیادیکـردووە، پەروەردگاریـش دەفەرمووێـت: «خـودای گـەورە لـە خانـووە عادەتییەکانـی خۆتانـدا جێگەی ئارامیـی پێـداون.. » النحـل: ٨٠.

ئەو ماڵانەی کە بە (بەهەشتی دونیا) ناو دەبرێن، جێگایەکن کە دڵنیایی ماددی و مەعنەوی بۆ مرۆڤ دەستەبەر دەکەن و، یارمەتیدەرین تا بە متمانەوە لە داهاتووی بڕوانێت، ئیدی ئەو نهێنییەی کە تەمەنی پێ درێژ دەبێت ئەمە بوو.



ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

پێغەمبەر (د.خ) دەفەرمووێت:

"ئەی کۆمەڵی لاوان، هەر کامتان توانای هەیە و دەستی دەڕوات با ژن بێنێ، چونکە ژنهێنان بۆ چاوگرتنەوە و خۆپاراستن زۆر چاکە. ئەوەیشتان توانای ژنهێنانی نییە با بەڕۆژوو بێت، ئەوە دەرمانیەتی و، بەرگریی لە هێز و ئارەزووی لاوان دەکات و، هێرش و تەوژمی لاویی کز دەکات".

"خاتوو (شولێ یوکسێل شەنلەر)م ناسی و، دیتم کە دەکرێت خانمێکی موسوڵمان هەم هاوچەرخ بێت، هەم دابونەریت بپارێزێت، هەمیش داپۆشراو بێت، هەر ئەو کاتە بڕیارم دا کە ببمە باڵاپۆش و، تێگەیشتم کە پەرستشەکانم و، منداڵەکانم و، هاوسەر و ماڵەکەم گەورەترین سەرچاوەی دەوڵەمەندیی و ئاسوودەیی منن".

ئامینە ئەردۆغان

لە سروشتی ئافرەتدا مەیلی خۆشویستن و لە ئامێزگرتنی منداڵ هەیە.

بەدیعوززەمان سەعیدی نوورسی

24

هەنگاوی بیست و چوارەم

زۆر غیرە لەیەك مەكەن!

«غیرەی ئاسایی، هۆكارێكی پارێزەر و ڕزگاربوونی زۆر خێزانە، بەڵام زۆر غیرە بردن تا ئاستی دڵپیسی كەڵلەڕەقییەكە ئاسوودەیی خێزان تێك دەدات و، پێویستە چارەسەر بكرێت».

دەیڤید مەیس

مامۆسـتایەك بـە دەنگێكی لەرزۆك بە تەلەفۆن دەردەڵـی لا دەكردم لەبارەی هاوسـەرەكەیەوە كـە ئەویـش هـەر مامۆسـتا بـوو. ئـەوان لـە ململانێیەكـی (غیـرەی) تونـددا بـوون و، كارەكـە هێنـدە خـراپ ئاڵـۆز بووبـوو، كـە ئـەو لانەیـەی تـازە پێكیـان هێنابـوو، هاتبووە سـەر لێـواری هەڵوەشـانەوە!

دەیوت:

«هەڵـەی مـن بـوو، هـەر لەسـەرەتاوە دیـار بـوو كـە هاوسـەرەكەم حـەز دەكات بەوپـەڕی ئـازادی بـژی، بـەڵام مـن هیـچ هەڵسـوكەوتەكانیم بـەدڵ نەبـوو و، وەك سـێبەر چاودێریـی هەنگاوەكانیـم دەكـرد، بـە گومانـەوە لـە هـەر قسـەیەكی و تەنانـەت لـە هەر سڵاوێكیشـیم دەڕوانـی، بۆیە تائێسـتا بەم هۆیـەوە پرتـە و بۆڵـەی زۆرمـان بـووە.

كار گەیشـتە ئـەوەی دەسـتمان كـرد بـە تۆڵەسـەندنەوە لەیەكـتری، واتـە منیـش دەسـتم دایـە هەنـێ كار تـا ئەویـش غیـرەم لـێ بـكات، ئیتر ئـەوكات

ئەوەی نەدەبوو ڕوویدات ڕووی دا و، گەردەلوولێکی دڵپیسی دای بەسەر ماڵەکەماندا.

مامۆستا تکایە هاوکاریمان بکە، خێزانەکەمان خەریکە هەڵ ئەوەشێتەوە».

هاواری ئەم مامۆستا گەنجە، کێشەیەکی زۆر گرنگی دەردەخست، ئەمە نموونەیەکی حاڵی ئەو هاوسەرانەیە کە بە هەڵە لەیەك دەگەن و، زۆر هەستیارن بەرامبەر بە یەکتری.

دەکرێت ئەم کێشەیە و هاوشێوەکانی چارە بکرێن، چونکە چارەسەرەکەیان زۆر گران نییە، تەنها هێندە بەسە کە هاوسەرەکان بزانن چی کارێك لە چ کاتێکدا بکەن.

دەربارەی ئەو غیرەیەی نێوان ژن و مێردیش دەڵێین:

ئەگەر غیرە نەگاتە ڕێژەیەکی زۆر خنکێنەر ئەوا سروشتییە و لە جێی خۆیدایە، چونکە غیرەیەکی ئاسایی خێزان ڕێکوپێکتر دەکات و، ڕێگە بۆ هاریکاری هاوسەرەکان خۆش دەکات، بە واتایەکی دیکە غیرە لە شوێن و ئاستی خۆیدا، دەرخەری خۆشەویستی و هەستکردن بە بەرپرسیاریەتییە.

هیچ ژن و مێردێك نین غیرە لەیەك نەکەن، کێشەی سەرەکی هەبوونی غیرە نییە، بەڵکو نەبوونییەتی!

بیهێننە بەرچاوتان کە هیچ کام لە هاوسەرەکان لەیەکتری نەپرسنەوە، ئەو کات حاڵی ئەو خێزانە بەچی دەگات! لەبەر ئەمە بوونی کەمێك غیرە پێویستە، بەڵام کاتێك غیرە بەهەڵە بەکار دەخرێت ڕووخێنەر و سووتێنەر دەبێت، چونکە تەنها زیانی بۆ ئەو کەسە نییە کە غیرە دەکات، بەڵکو پریشکی سووتێنەری بەر ئەو کەسەش دەکەوێت کە غیرەی لێ دەکرێت.

هەندێك هاوسەر ناتوانێت بەرگەی ئەوە بگرێت کە تەنها بیریش لەوە بکاتەوە ئایا هاوسەرەکەی فێڵی لێ دەکات یان نا. ئەم جۆرە کەسانە لەبەر ئەوەی هەمیشە خەیاڵیان بە لای (فێڵکردن)دا دەڕوات، ئەو پەیوەندیانە دڵخۆشی ناکەن کە لەسەر بناغەی خۆشەویستی بنیات دەنرێن، بەڵکو ئازاری دەدەن.

بەکورتی، کاتێك غیرە دەگاتە ئاستی دڵپیسی و بێ متمانەیی، ئەو کات

نـەك هاوسـەرەكان لـە يـەك نزيـك ناكاتـەوە، بەڵكـو وەك نەخۆشـییەك بەرەو جیابوونەوەشـیان دەبات.

باشـە غیـرە بۆچـی؟ بۆچـی هاوسـەرەكان گومان لـە یەك دەكـەن؟ بۆچی وا هەسـت دەكـەن كـە پێویسـتە چاودێریی یـەك بكەن؟

هـۆی سـەرەكی غیرە ئەوەیە: ئەو كەسـەی كە غیـرە دەكات خۆی متمانەی بـە خـۆی نییە، بە واتایەكی دیكـە لە زۆر ڕووەوە خۆی بـە دواكەوتوو دەبینێت لـە ئاسـت هاوسـەرەكەیدا، ئیـدی گرێیەكـی دەروونی سـەیر تێیدا سـەر هەڵ دەدات، هـەر بۆیـە دەیەوێـت خۆی باڵادەسـت بكات بەسـەر هاوسـەرەكەیدا و خـۆی بسـەپێنێت، لـە ئاكامی ئەم هەڵسوكەوتەشـیەوە غیرە پەیـدا دەبێت.

غیـرە بەهـۆی خیانەتـەوە لـە دەرەوەی باسـەكەمانە، ئەگـەر هـەر كامێك لە هاوسـەرەكان خیانـەت بـكات، ئـەوا باسـەكە بەتـەواوی دەگۆڕێـت، چونكە لـە خێزانـدا جێـی خیانـەت نابێتەوە و، پێویسـتە یەكسـەر ئـەو هاوسـەرداریە كۆتایـی پـێ بهێندرێت.

چۆن غیرە ناهێڵدرێت؟

زانـاكان چەندیـن هەوڵیان خسـتووەتە گەڕ بـۆ ڕێگری كردن لە نەخۆشـی (غیـرە)، كـە ڕیشەكێشـكەری خێزانـە. بـە پێـی ئـەم هەوڵانەیـان پێویسـتە ئەم ڕێگایـە بگیردرێنـە بەر:

١- پێویستە هۆی غیرەكە جوان ڕوونبكرێتەوە.

٢- ئەگـەر هـۆی غیرەكـە خیانـەت نەبـوو، ئـەوا پێویسـتە هاوسـەرەكان دابنیشـن و دەربـارەی هۆكارەكانـی بدوێـن.

٣- پێویسـتە ژن و مێـرد لەپێنـاو ئاسـوودەكردنی یەكـتردا، هـەوڵ بـدەن قەناعـەت بەیـەك بكـەن لەسـەر ئـەوەی ئەمـەی دەیكـەن خیانـەت نییـە.

٤- دەبێـت دڵنیـا ببنـەوە لـەوەی كـە هیـچ گرێیـەك بەرامبـەر بـە یەكـتر لە ناخیانـدا نییـە، چونكـە نابێـت ئـەو خێزانـەی بـە ویسـت و ئیـرادە پێكهاتووە گرێكوێـرەی تێـدا بێت.

٥- پێویسـتە هاوسـەرەكان متمانەیـان بەیـەك هەبێـت و، ئازادیـی تـەواو بەیـەك بـدەن، واتـە چوونـەدەرەوە و كراوەیـی یەكێكیـان بـەڕووی كۆمەڵگەدا

خیانەت نییە.

٦- نابێت لەبەر چاوی هاوڕێکانتان بە هۆی غیرەوە یەکتری بشکێننەوە.

٧- پێویستە بزانن کە هاوسەرداری چێژ و خۆشییەکی کاتی نییە، بەڵکو هاوەڵیەتییەکی هەتاهەتاییە.

٨- ئەگەر غیرە لای هەر هاوسەرێك گەیشتبێتە ئاستی نەخۆشی، ئەوا پێویستە چارەسەری دەروونیی بۆ بکرێت.

٩- زوو زوو قسە لەگەڵ یەك کردن و، پێکەوە چوونەدەرەوە و پێکەوەبوون، تۆوی غیرە لەناو دەبات.

١٠- هەبوونی بیروباوەڕێکی توندوتۆڵ، گرنگترین بەربەستە لەپێش غیرەدا، چونکە لەخواترسان پێش بە بێ متمانەیی دەگرێت.

ئەو پیاوەی غیرە لە هاوسەرەکەی ناکات، بەهایەکی مرۆڤایەتی لێ هەڵوەریوە.

بۆیلۆ

ئەو کەسەی متمانەی بە هاوسەرەکەی بێت، ناکەوێتە ئاگری غیرەوە.

کاڵڤین کالیریدج

بەکورتی، پێویستە بە میانڕەوی لە بابەتی غیرە نزیك ببینەوە، باسکردنی هەموو شتەکان ڕووبەڕوو و بیرکردنەوە لە ڕێگەیەکی ژیرانە باشترین ڕێگەچارەیە.. واتە پێویستە هاوسەرەکان بە گفتوگۆ بەسەر غیرەدا زاڵ ببن و، بیر و هەستی خۆیان بۆ یەکتری بخەنە ڕوو و، پێکەوە بژاری هەڵە و ڕاستەکانیان بکەن.

دەبێت ئەوەشمان لەیاد نەچێت کە غیرەیەکی ئاسایی بۆ بوژاندنەوەی خۆشەویستی لەنێوان ژن و مێرددا پێویستە.

25

هەنگاوی بیست و پێنجەم

بەربەستەکانی بەردەم بەختەوەریی خێزان تێکبشکێنن

«خێزان، گرنگترین قوتابخانەیە. کێشەکانی ئەم قوتابخانەیەش بە هەوڵی زانستیانە و بە ڕێسا لەناودەبرێن و، بەربەستەکانی بەردەم بەختەوەریشی هەر بەو شێوەیە لادەچن».

فێلیکس تۆماس

هاوەڵێکم هەبوو کە هەمیشە بە کردەوەکانی سەرنجی ڕادەکێشام، هەموو کات لێو بەخەندە بوو و، کێشەکانی بە لاوە گران نەبوون و گەورەی نەدەکردن، تێڕوانینی بۆ ژیانیش زۆر ئەرێنی بوو، کاتێك لە دەوروبەری دەڕوانی بیری بەلای بابەتە خەمبارکەرەکاندا نەدەچوو، بەڵکو بیری بەلای ئەو بابەتانەدا دەچوو کە شیاوی پەند لێوەرگرتن بوون.

مەراقم بوو بزانم ئەم هاوەڵەم چۆن بەم هەڵسوکەوتە جوانانەی گەیشتووە و، بەو جۆرە ئاسوودەیی و بەختەوەریی لە ناخیدا چاندووە، چونکە ئەو پەرتووکانەی دەیخوێندنەوە دیار بوون و، شوێن کارەکەیشیمان دەزانی و، توانایەکی ماددیی واشی نەبوو، تەنانەت کرێچیش بوو و، ئۆتۆمبێلیشی نەبوو، منداڵەکانی قوتابی بوون و جارجارە پارەی لێدەبڕا و تووشی کێشە دەبوو، لە هەمووشی گرنگتر دایکێکی پیری نەخۆشی هەبوو، کە پێویستی بە چاودێریی ڕۆژانە بوو.

سەرەڕای هەموو ئەم کێشانەش کەسێك بوو خەندەی دەخستە سەر لێوان، بەڵام کاتێك چووینە سەردانی بۆماڵەوە لە نهێنیی هەموو شتەکان گەیشتم.

دوو منداڵەکەی و ژنەکەی و دایکی لە ماڵەکەیاندا پارچەیەك خۆشەویستی بوون.

ئێواران کاتێك پیاوەکە دەگەڕێتەوە بۆ ماڵەوە بە وتەی شیرین و لێو بەخەندەوە دەیاندوێنێت و، دڵیان ڕادەگرێت و، گوێ بۆ کێشەکانیان ڕادەگرێت.

بە خێزانەکەی دەوت: «تۆ لە هەمووماں فیداکارتریت، بەڕاستی شانازیت پێوە ئەکەم، تا ئێوارە لە ڕاکەڕاکەدایت و، چاودێریی دایکم ئەکەیت و، منداڵەکانمان پەروەردە ئەکەیت و، سەرەڕای ئەمانەش خواردنی زۆر خۆشمان بۆ لێ ئەنێیت و، پێشکەشمانی ئەکەیت، ئەگەر تۆ نەبوویتایە من چیم بکردایە؟»

بە دایکیشی دەوت: «نەخۆشی ڕەحمەتی خوایە، بۆ ئەوەیە تاوانەکان بشواتەوە و، پاداشتێکی نەبڕاوەشی هەیە». هەردەم داوای نزای خێریشی لێ دەکرد.

منداڵەکانیشی بە زمانێکی شیرین دەدواند و دەستکەوتەکانیانی بەرز دەنرخاند و دەیوت: «ئەمڕۆ ئێوە زۆر باش بوون، ئەگەر هەروا بەردەوام بن زۆر پێش هاوەڵەکانی قوتابخانەتان ئەکەون».

هاوەڵەکەم ئەم کەشەی ماڵەکەی بەمجۆرە وەسفکرد:

«خوای گەورە هێندەی نیعمەت بەسەردا ڕشتووین... ئیتر لە چی ناڕازی بم؟ شەرم ئەکەم سەرەڕای ئەو هەموو نیعمەتە داوای شتێك لە خوا بکەم.

نیعمەتی جەستەی پێداوین کە قیمەتی تەواو نابێت و، ئێمەی وەك مرۆڤ بەدیهێناوە و، بە بەنرخترین ئەندام ڕازاندوونیەتەوە و، گەردوونی کردووەتە خزمەتکارمان. هەموو نیعمەتێکی خستووەتە بەردەستمان. دایك و باوك و خێزان و منداڵی پێبەخشیوین. سوپاس بۆ خوا مووچەشم هەیە، ئیتر لەوە زیاتر داوای چی لە خوا بکەم؟ ئەمانە بەس نین؟».



ئیتر زۆر باش لە هۆکاری سازبوونی ئەو کەشە ئارامەی ماڵەکە گەیشتم، چونکە بەختەوەریی خێزان لە ئەنجامی پێکەوە هەوڵــدانی ئەنــدامانی خێزانەکەوە سەر هەڵ دەدات، بە واتایەکی دیکە بەختەوەریی خێزان واتە: ویستی هەبوونی یەك دڵ و یەك مێشك و یەك ڕۆح لەلایەن تاکەکانی خێزانەکەوە.

تەنهـا هــەوڵ و فیداکاریــی یــەك کەس بــۆ زاڵبوون بەســەر بەربەســتەکانی بــەردەم بەختەوەربوونــی خێزانــدا بــەس نییــە، بەڵکو پێویســتە هەمــوو خێزانەکــە بــە شــێوەیەکی ڕێکوپێــك پێکــەوە هەنــگاو بنێــن. ئــەو خێزانانــەی کــە ڕۆحییەتــی «ئێمە»یان هەیــە لە باتــی «من»، خێزانێکــی تەمەن درێژیــان دەبێــت و، بــە خۆشــی و کامەرانییــەوە لــە ژیــان بــەردەوام دەبــن.

هــەر ئەوەنــدە خۆشەویســتی لــە خێزانێکدا ســەری هەڵــدا، ئیــدی هەموو دڵــەکان دادەپۆشــێت. ئــەو خانمەی هەڵســوکەوتی لەگــەڵ مێردەکەیدا باشــە، دەبێتــە نموونەیەکی جوان بۆ منداڵەکانی و هاوســەرەکەی و بە خۆشەویســتی کەمەندکێشــی لای خۆییان دەکات، هاوسەرەکەشی بە خۆشەویستییەوە بەدەم ئــەم هەڵســوکەوتانەیەوە دێت، هەمان شــتیش بــۆ پیاوەکە ڕاســتە، واتە وەڵامی قسەخۆشــی پیاوەکە بێگومــان ئەویندارانــە دەبێت لە لایــەن ژنەکەیەوە.

ئــەو منداڵانــەی هەموو ڕۆژێك دایــك و باوکیان ماچیان دەکەن و دەســت بەســەریاندا دەهێنــن و لە حــاڵ و باریــان دەپرســنەوە، بــە خۆڕازاندنەوەیان بە ڕەوشــتی بــەرز و جــوان لەگەڵ دایــك و باوکیان ڕەفتــار دەکەن.

ســەرکەوتوویی پیاوێــك لــە کارەکەیــدا پەیوەندیــی زۆری بە پشــتگیریی و هاریــکاری خێزانەکەیــەوە هەیــە، خانمێــك بەر لــەوەی چێشــتلێنەرێکی باش بێــت، پێویســتە بــە هەڵســوکەوتی جوانــی وزە و متمانــە بــە هاوســەرەکەی ببەخشــێت، ئەو وتەیــەی کە دەڵێت: «لە پشــت هەر پیاوێکی ســەرکەوتووەوە ئافرەتێــك هەیــە» بــەم واتایەیە.

ئەگەر خانمی ماڵ لە هاوسەرەکەی ڕازی بێت و ئەم هەستەشی بۆ دەربڕێت، ئەوا هاوسەرەکەی متمانەی لا دروست دەبێت و، لە ناخیدا بە قەناعەتەوە دەڵێت:

«ئەگەر ژنەکەم منی بەدڵ بێت، کەواتە کەسێکی باشم».

ئەگەر ئافرەت ستایشی هاوسەرەکەی بکات و بڕوای پێی بێت، ئەوکات هاوسەرەکەی هەستی متمانەبەخۆبوونی زۆر دەبێت و هەر کێشەیەکی بێتە پێش گرنگ نابێت بۆی و، هەمیشە پێی وا دەبێت دەتوانێت بەسەریدا زاڵ بێت و بەم بیرەوە لە ماڵ دەردەچێت و خۆی بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی سەختییەکانی ژیان ئامادە دەکات.

"بێ بنەمایی، بنەمای نەفسە."

موڕات چیفتکایا

بەڵام ئەگەر کاتێك پیاوەکە لەگەڵ گەڕانەوەی بۆ ماڵەوە ڕووبەڕووی بۆڵەبۆڵ و ناڕەزایی و بێزاریی ببێتەوە بە هۆی خێزانەکەیەوە، ئیدی ئارەزووی قسەکردنیشی نامێنێت، ئەو نائارامییەی ئافرەتەکە بەهۆی مێردەکەیەوە هەستی پێدەکات دەبێتە هۆی ئەوەی پیاوەکەش گومان لە خۆی بکات و، متمانەی بە خۆی نەمێنێت.

ئەمەش لە کاتێکدا ئەو خانمەی هەڵسوکەوتی لەگەڵ هاوسەرەکەیدا شکۆمەندانەیە، تەنها هەستی متمانەبەخۆبوونی پێ نابەخشێت، بەڵکو دەبێتە هۆی ئەوەی هاوسەرەکەی لەگەڵ خەڵکدا بەڕێز و سەنگین بێت، واتە بەم کارەی هانی هاوسەرەکەی دەدات تا بیری بەهێزتر و تێگەیشتنی فراوانتر بێت.

دیارە پێویستە پیاوەکەش لە هەڵسوکەوتی دڵشکێن دوور بکەوێتەوە، چونکە ئەو کەسانەی خەڵکی دەشکێننەوە، هەرگیز ڕێز لە خۆیان ناگرن، واتە تەنها بۆ ئەوەی لەبەر چاوی کەسانی تردا خۆیان گەورە بنوێنن خێزانەکەیان دەڕەنجێنن!

ئەم جۆرە کەسانە هێندە ڕێزی خۆیان لەدەست داوە، کە توانای بیستنی سادەترین ڕەخنەشیان نییە.

بەکورتی؛ پێویستە لەم کاتەدا ئافرەتەکە موناقەشە لەگەڵ هاوسەرەکەیدا



نـەکات و، خـۆی لـە وشـەی ڕەقـی وا بپارێزێـت کـە مێردەکـەی پێیان هـەڵ دەچێت، چونکـە دەبێـت بزانێـت هاوسـەرەکەی سـەنگینی و ڕێـزی خۆی لـە دەسـت داوە و بەرپەرچدانـەوەی ئەمیـش تەنها کێشـەکە گەورەتـر دەکات.

بۆ تێکشکاندنی بەربەستەکانی بەردەم بەختەوەریی خێزان پێویستە ڕەچاوی ئەم ئامۆژگارییانە بکەن:

١- زوو زوو قسـەی خـۆش لەگـەڵ هاوسـەرەکەت بکـە. لـە هەمـوو خێزانێکـدا کێشـە و دەمەبۆڵـێ هـەر هەیـە، بـەڵام هـەر کێشـەیەکیش بەدڵنیاییـەوە چارەسـەرێکی هەیـە، تەنهـا هێنـدە بەسـە هەوڵێـك بـۆ چارەسـەری بخەنـە گـەڕ.

٢- وریـای گاڵتـە و شـۆخییەکانتان بـن، گاڵتەیـەك کـە لـە تـام دەرچـوو هەسـتی بەرامبەرەکـەت برینـدار دەکات، بۆیـە هـەر کات هەسـتت بـەوە کرد بەرامبەرەکـەت حـەزی لـە گاڵتەیـەك نییـە دەسـتی لـێ هـەڵ بگرە.

٣- لـە ماڵـەوە زەردەخەنە و هەڵسـوکەوتی دڵسـۆزانە بکەنە خوو. پێویسـتە پیـاو بـە لێوبەخەنـدەوە پـێ بنێتـە نـاو ماڵ و سـڵاو بـکات و حـاڵ و ئەحواڵ بپرسـێت، ژنیش هەروا، پێویسـتە بە ڕووخۆشـییەوە بەرەو پیری هاوسـەرەکەی بچێـت و لـە چۆنییەتـی تێپەڕبوونی ئەو ڕۆژەی بپرسـێت.

٤- هەنـدێ جـار کێشـەی دەرامـەت و گـوزەران دەگاتـە ئاسـتێکی بەرگەنەگیـردراو و، ڕەنگـە ببێتـە هـۆی کێشـە لـە خێزانەکـەدا، ئیـتر لـەم دۆخـەدا ئەگـەر هەرکەسـە و بەرپرسـیاریەتی خـۆی بەباشـی لـە ئەسـتۆ گرتبێـت، ئـەوا نابێـت کەسـیان ئـەوی تـر خەتابـار بـکات، چونکـە بەختەوەریـی و ئاسـوودەیی خێـزان لـە پێـش هـەر شـتێکەوەیە، پـارە

دووبـاره بەدەسـت دێتـەوە، بـەڵام ئەگـەر لانەیـەك تێکچـوو گـران دێتـەوە جێـی خـۆی.

٥- پێویسـتە ئـاگاداری نەخۆشـییە دەروونییـەکان بـن، ئەگـەر هـەر ئەندامێکـی خێـزان هەڵسـوکەتەکانی نائاسـایی بـوون، پێویسـتە بـێ کات بەفیـڕۆدان چارەسـەر بکرێـت، ئەگەر نـا دەبێتە دەسـتپێکێك بـۆ کۆتایی هاتن بـەو خێزانـە.

ئـەو هەڵەیـەی لـەم بابەتـەدا زۆر ڕوودەدات ئەوەیـە خەڵکـی حەزناکـەن کێشـە دەروونییەکانیـان ئاشـکرا ببن، بۆ خۆ پاراسـتن لەو مۆری (شـێتی)یەی کۆمەڵگـە پەیوەسـتی دەکات پێیانـەوە، بۆیە دەبینین بەگشـتی هەمیشـە کێشـە دەروونییـەکان دەشـاردرێنەوە و پەردەپـۆش دەکرێن.. بەڵام پێویسـتە بزانن ئەم هەڵەیـە چەندیـن هەڵـەی دیکەی بـە دواوەیە.

٦- جیاوازیـی تێڕوانینـی هاوسـەرەکان بـۆ ژیـان و، نەگونجانـی میـزاج و ئـاوات و خولیاکانیـان بەربەسـتێکی سـەرەکیی بەختەوەریـن.

لێرەدا پێویستە بزانن کە خێزان سووچێکی تاکەکەسی نییە و، ئەندامانی دیکەی خێزانەکەشت مافی خۆیان هەیە، هەروەها نابێت لە تێڕوانین و هەڵسەنگاندنی جیاواز بترسن، چونکە بەختەوەریی خێزان لەسەر سروشت و تێڕوانین و بیروڕای جیاواز بنیات دەنرێت، ئەمەش تایبەتمەندییەکی بنچینەیی خێزانە.

٧- جیاوازیـی ئاسـتی خوێندەواریـش پەردەیەکـە بەسـەر ئاسـوودەیی خێزانـەوە، لـەم کاتەشـدا پێویسـتە ئەوەیـان کـە ئاسـتی خوێنەواریـی بەرزتـرە هـاوکار بێـت لـە پێگەیاندنـی ئـەوی دیکەیـان و، کتێبی بـۆ بخوێنێتـەوە و، لە چالاکییـە کۆمەڵایەتییەکانـدا بەشـداری پـێ بـکات و، بەرنامـەی پەروەردەیی بـۆ بدۆزێتـەوە، ئەگـەر نـا وتنـی: «تـۆ نەفامیـت و ، لـە هیـچ تێناگەیـت» چارەسـەر نییـە.

٨- هەندێـك گرێـی دەروونـی و، غیـرە و پرتـەو بۆڵـەش تەمێکـن بەسـەر بەختەوەرییـەوە، لـەم بارودۆخانەشـدا پێویسـتە تاکلایەنە نەبیـت و، زوو بڕیار نەدەیـت، بەڵکـو دەبێـت باش لە هـۆکار و سـەرچاوەی بابەتـەکان بکۆڵیتەوە، چونکـە هەندێـك جار هەندێ شـت کە لەڕاستیشـدا بوونیان نییـە دەبنە مایەی

موناقەشــە و بۆڵەبـۆڵ و تێکدانی کەشــی ئاســوودەیی ماڵ.

٩- یەکێـك لـە بەربەسـتەکانی دیکـەی ئاسـودەیی بریتییـە لـە جیاوازیـی تەمـەن و کێشـەی سێکسـی.

شـتێکی ئەوتـۆ نییە کـە وەك چارەسـەر بەکاریبهێنیـن لە بابەتـی جیاوازیی تەمەنـدا، تەنها پێویسـتە ڕازی بیت بەوەی کە هەیە و سـەبری لەسـەر بگریت.

بـۆ کێشـەی سێکسـیش پێویسـتە ڕێگەچـارەی پزیشـکیی گونجـاو بگیردرێتـە بـەر.

١٠- منداڵنەبوونیش یەکێکە لە کێشەکانی ئەم باسە.

دوای ئـەوەی هەمـوو ڕێگەیەکتـان بـۆ منداڵبـوون گرتەبـەر، ئیـدی خۆنارەحـەت کـردن هیـچ سـوودێکی نابێت، ئینجا شـەڕکردن لەسـەر ئەوەی منداڵەکەتـان بـۆ کـوڕە یـان بـۆ کچـە، زۆر زۆر هەڵـە و بـێ مانایـە، چونکـە نازانیـن کـچ باشـترە بۆمـان یـان کـوڕ.

١١- یەکێکـی دیکـە لـە گرفتەکانـی نێـوان هاوسـەرەکان، جیاوازیـی پابەندبوونیانـە بـە بیروبـاوەڕەوە، لـەم بارەشـدا پێویسـتە ئـارام و لەسـەرخۆ بـن و، بـە هەڵسـوکەوتی جـوان و گفتـی شـیرین ڕاسـتییەکان لەیـەك بگەیەنـن، نـەك بـە زۆر بیسـەپێنن.

(سوپاسگوزاری) ڕۆزیی ڕۆزییەکانە.

عاکیف جەمیل

ئـەو پەرستشـانەی بـە زۆر دەکرێن، نە سـوودی بـۆ بکەرەکـەی هەیـە نـە بۆ ئـەو کەسـەش کـە پێی دەکات، لەبـەر ئەمـە دڵنیـا بـن زۆرلێکـردن هیـچ سـوودێکی نییـە، لـەم ڕووەوە تەنهـا ژینگەیەکـی بـاش و تەندروسـت و، هاوەڵانێکـی دینـدار سـوودیان دەبێـت.

١٢- شـێوازی گفتوگۆکردنیـش کاریگەریـی لەسـەر ئاسـوودەیی خێـزان هەیە.

گفتوگۆیـەك کـە بـە ڕێکوپێکـی و بـە شـێوەیەکی ڕێزدارانـە و گونجـاو بەڕێوەبچێـت، باشـترین چارەسـەرە بـۆ کێشـەکانی خێـزان و، جوانتریـن کلیلیشـە بـۆ بـەرەو لووتکـە هەڵکشـانی ئاسـوودەیی خێـزان.

گفتوگـۆ دەبێتـە هـۆی باشـتر یەکترناسـینی ژن و مێـرد. کەسـانێك هـەن

کـه چەندین سـاڵە هاوسـەرگیرییان کـردووە و هێشـتا بەتـەواوی یەکـتر ناناسـن، واتـە چـۆن بـە گفتوگـۆ مرۆڤـەکان ئاشـنای یـەك دەبـن، بەوجـۆرەش بـە بـێ دەنـگ بـوون و قسـە نەکـردن یەکـتری بەباشـی ناناسـن.

ئەو کەسەی بە بنەما بێ نرخەکان بەرز بێتەوە، خێرا نزمیش دەبێتەوە.
لا برویێر

ئەگــەر دەتانەوێــت ڕەخنەیــەك لــە خێزانەکەتـان بگـرن، ئـەوا نابێـت بـە جۆرێـك پێـی بڵێـن کـە هەسـتی برینـدار بێـت، یاخـود لای کەسـانی دیکـە باسـی بکـەن، چونکـە ئامانجـی ڕەخنەگرتـن لەبەرچـاوی خەڵکـی بەمەبەسـتی شـەرمەزارکردنی بەرامبەرەکـەت و خۆسـەپاندنتە، نـەك هـاوکاری کردنـی ئـەو.

بەپێچەوانەوە، پێویستە سەرەتا دڵی بۆ لای خۆت ڕابکێشیت.

جگە لەوەش پێویسـتە لـە ڕەخنەگرتندا ڕەخنە لە هەڵسـوکەوت بگیردرێت، نـەك لە کەسـەکان، چونکە ڕەنگە ڕەخنە ڕاسـتەوخۆکان لە خوودی کەسـەکان ببێتە هۆی دڵشـکانیان.

١٣- پێویسـتە هەرگیـز ڕێـز و خۆشەویسـتی لـە مـاڵ نەبڕێـت، چونکـە خۆشەویسـتی هەمـوو شـتێکی ماڵـە، دڵ زویـرەکان ئاشـت دەکاتـەوە و، ڕۆحـەکان دەبوژێنێتـەوە و، کۆتایـی بـە ناخۆشـییەکان دێنێـت، بـە واتایەکـی دیکـە (خۆشەویسـتی ژیانـی خێزانـە). سـاتە سـەختەکانیش ئـەو کاتانـەن کە خۆشەویسـتی زۆر گرنـگ دەبێـت تێیانـدا.

١٤- نابێـت ژیانـی خێزان بکرێتـە قوربانی کار و، پێویسـتە کات بۆ خێزان و منداڵـەکان تایبـەت بکرێـت و، لەگـەڵ یەکـدا بچنـە سـەیران و گەشـت و بـازاڕ کـردن.. بەڕاسـتی هیـچ مانایـەك نییـە بـۆ تێکدانـی ئاسـوودەیی ماڵ لە پێنـاو بەدەسـتهێنانی پارەدا.

ئـەو ژن و مێردەی بە مەبەسـتی گەیشـتن بـە بەختەوەریی هاوسـەرگیرییان کـردووە، پێویسـتە ڕێگاکانـی بەختەوەریـش بـاش شـارەزا بـن و، وەك دوو مامۆسـتا ئامـادەی پەروەردەکردنـی یەکـدی و منداڵەکانیشـیان بـن.. تەنهـا هـەوڵ و تەقەلایەکـی دڵسـۆزانە -بـا کەمیـش بێـت- ئـەم ئامانجـە دێنێتە دی.

26

هەنگاوی بیست و شەشەم

لە خوو و هۆگرییە خراپەکان دوور بکەونەوە

«ئالوودە بوون بە قومار و، مەی خواردنەوە و، خواردنی ماددە هۆشبەرەکان و خووە خراپەکانی دیکە سوودی بۆ هیچ کەس نەبووە و، بە پێچەوانەشەوە کۆتاییەکی بەئازاری بۆ ملیۆنان کەس سازاندووە، جا بۆ ئەوەی خێزانێکی ئاسوودە پێکبهێنن پێویستە لەم شتانە خۆتان بپارێزن».

ڕەینهۆڵد نیباهین

لـە ڕۆژنامەیەکـدا نامـەیماڵئاوایـی پیاوێـك بـڵاو کرابووەوە، کـە بەهۆی ئالوودەبـوون بـە خـووە خراپەکانـەوە خـۆی کوشـتبوو، لـە کۆتـا دێڕەکانیـدا نووسـیبووی:

«نەفرەت لەم قومار و مەیە! کە چل و پێنج ساڵی تەمەنم و، لانە و ژن و منداڵەکانی لەدەست دەرهێنام، ئێوەش ئەگەر عەقڵتان هەیە، ئەگەر کەمێکیش بێت بیر لە خۆتان و خۆشەویستان و لانەکەتان دەکەنەوە، نزیکی ئەم دەردانە مەکەون، دڵنیا بن ئەم دڕندانەی منیان لەناو برد، سۆز و بەزەییان نابێت بۆ ئێوەش.

ئێستا شەرم دەکەم بڵێم: «لێم ببورن»!

پـارەم نەمـا، شـەرەف و شـکۆم هەڵـوەری، ڕێـزم لەناوچـوو، مـن ئێسـتا

کەسێکی سووك و بێ نرخم، ئیدی چۆن داوای لێبوردن بکەم؟

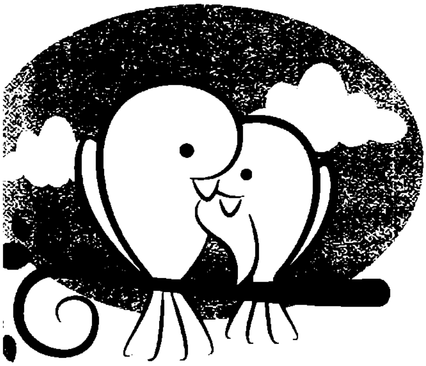
هەرگیز لە من خۆش مەبن، لە خۆشتان خۆش مەبن ئەگەر پێتان هەڵخلیسکایە ناو ئەم دەردانەوە.

من وا دەمرم، هیچ نەبێ ئێوە زیندوو بمێنن...».

پێویستە گوێ بۆ دەنگی ئەو کەسانە ڕادێرین کە کەوتوونەتە داوی ئەم بەڵای ئالودەبوونەوە، کە یەکێکە لە کێشە گەورەکانی ئەم چەرخەمان و بووتە یەکێك لە گەورەترین دوژمنەکانی خێزان.

نەخۆشخانە و زیندان و گۆڕستانەکان پڕن لە هاواری ئەم داماوانە، کەواتە پێویستە ئێمەش بەر لەوەی ئەم خووە خراپانە لە زەلکاوی ئالودەبووندا نوقممان بکەن، ڕاستییەکان بەباشی ببینین.

کاتێك قومار و مەی و شتە خراپەکانی دیکە یەك دەگرن، لانیەك نامێنێت تێکنەچوویێت و، خێزانێك نامێنێت ڕیسوا نەبوویێت، هەر ئەوەندەی قومار و مەی دەستیان لە بینەقاقای خێزانێك نا، ئیتر تا کۆتایی بە خێزانەکە نەهێنن دەست هەڵناگرن.



کەسانێك هەن لەبەر قەرزی قومار ڕاخەری ماڵەکەیان و تەنانەت شەرەف و ناموسیشیان فرۆشتووە، هەیشە هەموو ژیانی لەسەر بەبادا داوە، هەیشە بوون و نەبوونی لەسەر مێزی قومار داناوە.

جا ئەم کەسانەش خێزانیان هەیە، ژن و منداڵ و، ڕەنگە دایك و باوکی نەخۆشیشیان هەبێت...

هەموو ئەمانەش ڕاستییەکن کە هەمووان دەیزانن و ڕەنگە کەسێك نەبێت گومانی لە دەرد و نەهامەتی هێنەری ئەم خووانە هەبێت، بەڵام ترسم هەیە لەوەی کە زۆرمان چارەی ئەم دەردانە نازانین.. خۆ تەنها ئەوە بەس نییە ڕێگە بە منداڵان نادەن بچنە مەیخانە و قومارخانەکانەوە. هەموو شتێك لە منداڵییەوە دەست پێدەکات، ئەو کەسەی بە منداڵی وەرەقەی

قومـاری گـرت بەدەسـتەوە، کە گـەورەش بوو دەتوانێت لەسـەر مێـزی قومار دابنیشێت.

ئەگـەر سـەرنج بدەن ئەو شـتانەی خێزان لەنـاو دەبەن، لە ئایینی ئیسـلامدا قەدەغـە کـراون، واتـە هـەر شـتێك قەدەغـە کرابێـت سـوودی بـۆ مرۆڤایەتی نییـە، بۆیـە پێویسـتە وریـای ئەم خاڵـە بین.

سـەلمێندراوە کـە سـاڵانە نیـو ملیـۆن منـداڵ بـە هـۆی ئەوەی شووشـەی مـەی بەدەسـت ئەندامێکـی خێزانەکەیانـەوە دەبینـن دەسـت دەدەنـە مـەی خواردنـەوە، ئەمـەش شـتێکی ترسـناکە؛ چونکـە مـەی لـە کۆمەڵگـەدا یان لە خێزانـدا بێـت ڕێـژەی تـاوان کـردن زیـاد دەکات.

بـۆ نموونـە بە پێـی ڕاپۆرتـە فەرمییەکانـی تورکیـا سـاڵی (١٩٩٩) نزیکەی (٪٦٦)ی تاوانـەکان و، (٪٦١)ی ڕووداوەکانی هاتووچۆ و، (٪٨٥)ی تاوانی کوشـتنەکان و، (٪٥٠)ی دەسـتدرێژییەکان و، (٪٥٠)ی شەڕەکان و، ٪٧٠ی لێدانـی نێـوان هاوسـەرەکان و، (٪٥٠)ی نەخۆشـییە ژێرییـەکان و، (٪٨٠) ی جیابوونـەوەی ژن و مێـردەکان لـە نێـوان کەسـانی مـەی خۆردا بـووە، یان بەهـۆی مـەی خواردنەوەوە ڕوویـان داوە.

گەورەتریـن هـۆکار لـە پشـت کەمئەنـدام بوونـی پێنـج ملیـۆن کەسـی وڵاتەکەشـمانەوە (مـەی)ە!

زۆر گرنگـە لـە خێزانـدا وریـای ئـەو کەسـانە بین کـە دەسـتیان داوەتە ئەم خـووە خراپانـە، یان مەیلیـان بەلایانـدا هەیە.

پێویستە هەوڵێکی پەروەردەیی گشتگیر بۆ نەهێشتنی ئەم خووانە بدرێت، کە هەڕەشەن بۆ سەر تەندروستی و داهاتوو و ئارامیی ماڵ و خێزان و میللەت، ئەگەرنا هەموو خێزانێك بە ڕێگایەك لەم قوڕاوەدا دەچەقێت کە زۆر خێرا بڵاو دەبێتەوە.

ئەرکـی سـەرەکیش لـەم بابەتـەدا دەکەوێتـە سەرشـانی هەمـوو دایـك و باوکێـك، چونکە بە پێـی لێکۆڵینەوە زانسـتییەکان دەرکەوتووە ئـەو منداڵانەی دایـك و باوکیـان لـەم دەردانـەوە دوورن، زۆر کەمـتر بـەدەم ئـەم گێـژاوەوە دەچن.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

"گەر هاوسەرگیریتان کرد، کەسێك پەیدا بکەن کە خوو و ڕەوشت بەرز و کاربەجێ بێت، کەسێك کە ئالوودەی خووە خراپەکان بێت هەم زیانی بۆ خۆی دەبێت، هەم بۆ خێزانەکەشی".

جەناب شەهابەدین

بۆ ئەوەی کەسانی دیکە چاك بکەن، پێویستە سەرەتا خۆتان چاك بکەن.

زوبەیر گوندوزاڵپ

پێغەمبەر (د.خ) دەفەرمووێت:

"باشترینتان، ئەو کەسەیە کە بۆ خێزانەکەی باشە".

"چەندە بەختیارە ئەو کەسەی کە عەیبی خۆی دەبینێت".

مەولانا

"خوو و ڕەشتی جوان مەزنترین سامانە بۆ خێزان".

شاو

27

هەنگاوی بیست و حەوتەم

بەختەوەریی ئافرەت لە دایکایەتیدایە

زۆر خانمی بەناوبانگ پێیان لەسەر ئەوە داگرتووە کە سەرەڕای ئەوەی هەموو شتێکیان بەدەستهێناوە، بەڵام لەبەر نەبوون بە دایك بە بەختەوەریی ڕاستەقینە نەگەیشتوون، ئەم کەسانە بەردەوام تامەزرۆی بوون بە دایك بوون، چونکە ئافرەت چ لە ڕووی جەستەییەوە و چ لە ڕووی دەروونییەوە بۆ دایکایەتی بەدیهێنراوە و، بەختەوەیی ڕاستەقینە بۆ ئەو ئەوەیە کە منداڵەکانی لە ئامێز بگرێت و بۆنیان پێوە بکات و، ژیانی خۆی بکاتە قوربانیان.



کچ هەر لە منداڵییەوە ئارەزووی بوون بە دایکی هەیە و، هەوڵ بۆ ئەوە دەدات لاسایی دایکی بکاتەوە و، تامەزرۆی دایکایەتییە و، دونیای لێ دەبێتە دونیای دایکی.

کچە گەورەکانیش لە پەیوەندییاندا بە خوشك و برا بچووکەکانیانەوە ئەو هەستی دایکایەتییەیان لا گەڵاڵە دەبێت، ئافرەتان هەرگیز ناتوانن لە ژێر کاریگەریی ئەم هەستە ڕزگاریان ببێت.

هەستی دایکایەتی لە زۆر زووەوە لە

کچە بچکۆلەکانـدا سـەرهەڵ دەدات، لـە کاتێکـدا کـە هێشـتا هیـچ باسـێك بـۆ دایکایەتـی و هاوسـەرگیریی ئـەو لـە ئـارادا نییـە، بـە واتایەکی دیکـە ئەمە هەسـتێکی خۆڕسـکە کـە بـەو کچـە دراوە تـا خـۆی بـۆ دایکایەتـی ئامـادە بکات .

کچـان هـەر کـە چاویـان بـە دونیـا هەڵهێنـا تامـەزرۆی بـوون بـە دایکن، هـەر ئـەوەی کە خۆشـترین شـت بەلایانـەوە ئەوەیـە کـە لەگـەڵ بوکەڵەکەیدا یـاری بکـەن و ڕۆڵـی دایکـی ببینـن بەڵگەیەکـی زۆر ڕوونـە کـە ئافـرەت بـۆ دایکایەتـی خوڵقێنـدراوە.

حەسرەتـی بـوون بـە دایـك لـەو خانمـە ناودارانەی کە بـە هـەر هۆیەکەوە بێـت لـە دایکایەتـی بـێ بەشـبوون، ئـەوە دەردەخـات کـە ئافرەتـان تەنهـا لـە دایکایەتیـدا بـە دڵخۆشـی ڕاسـتەقینە شـاد دەبن.

مامۆسـتا سـەعیدی نوورسـی کاتێـك دەڵێـت: « لـە سروشـتی ئافرەتـدا مەیلـی خۆشویسـتن و لـە ئامێزگرتنـی منداڵ هەیـە»، ئەوە دەردەخـات ئەگەر بێتـو ئافـرەت لـەم هەسـتە بێبـەش ببێـت، دڵتەنـگ دەبێت.

هەندێ تێڕوانینی خانمە بەناوبانگەکان لەم بابەتەدا:

(د. ڕەیحـان سـۆنگار) دەڵێـت: «ئامانجـی ئافرەت منـداڵ هێنانـە دونیایە، بـە ویسـت بێـت یان نا ئافرەت هـەردەم خۆی بـۆ منداڵ بوون ئامـادە دەکات، ئەمە یاسـایەکی خودایيە.

ئاواتـی هەمـوو کچێکـی گەنـج لێـرە و لـە هەمـوو جێیەکـی دونیـاش پێکەوەنانـی لانەیـەك و بـوون بـە دایکـە، خولیای منـداڵ بوون لـە هەندێ لە هونەرمەنـدە ئافرەتەکانـدا تەنانـەت دوای چل سـاڵیش پشتڕاسـتکەرەوەی ئەم حـەزەی ئافرەتانە».

(تـورکان شـۆرای) دەڵێـت: «هیـچ خۆشـییەك ناگاتـە ئاسـتی هەسـتی دایکایەتـی، مـن تامـی زۆرینـەی خۆشـییەکانم کـردووە، بـەڵام چێـژی دایکایەتـی شـتێکی دیکەیـە...».

(هولیـا کۆچیغیـت) دەڵێـت: «مـن خـودی خـۆم بـوون بـە دایـك لـە خێزانێکـی ئاسـوودەدا بـە هیـچ شـتێك ناگۆڕمـەوە».

(فیلیز ئاکن) دەڵێت: «بە ڕای من ئامانجی ژیان بەختەوەرییە، بەختەوەرییش

بە پارە ناکڕدرێت، بە ناوبانگ بەدەست ناهێندرێت، بەڵام هەموو ئافرەتێك لە بوون بە دایکدا بەڕاستی بە بەختەوەریی دەگات».

(گۆنـول یـازار) دەڵێـت: «ناتوانـم لە نێـوان پـارە و ناوبانـگ و دایکایەتیدا یەکێکیـان هەڵبژێـرم، بەڵام ئەگـەر خاوەنی هیچیـان نەبوومایە، ئـەوا بێگومان بـوون بـە دایکم لـە خێزانێکی ئاسـوودەدا هـەڵ دەبژارد».

(ئەمـەل سـایین) دەڵێـت: «چـاوم بـە دووی دونیـا و ماڵـی دونیـاوە نییـە، تامـی هەمـوو شـتێکیم کـردووە، تەنهـا یـەك شـت نەبێـت، ئەویش بـوون بە دایکـە، هـەر لـە منداڵیمـەوە حـەزم دەکـرد ببمـە خانمـی مـاڵ و منداڵەکانـم خۆشـبوێت، بـەڵام نەکـرا، ئیـدی تەنهـا دڵتەنگیـم ئەمەیـە، وا دیـارە ئەمـەش پەردەیـەك بەسـەر هەمـوو خۆشـییەکانی دیکـەدا دادەداتـەوە».

دڵـی ئافـرەت، لـە دایکایەتیـدا ئۆقـرە دەگرێـت، پێگەیشـتنی کەسـایەتیی ئافـرەت لـە دایکایەتیـدا دەبێـت، بـە گشـتی لـە هەمـوو شـوێنێك پلەوپایەی ئافـرەت بـە دایکایەتـی دیـاری دەکرێـت، لەبـەر ئەمەیـە مامۆسـتا سـەعیدی نوورسـی ئـەم ئامۆژگارییـە وەك بنەمـای بەختەوەریی بە گوێـی خانمانی ئەم سـەردەمەدا دەدات و دەڵێـت: «گفتوگۆیەکی سـادە و میهرەبانانـە لەگەڵ ڕۆڵە پاکەکانتـدا، لـە سـەدان فیلـم و سـینەما چێژ بەخشـترە».



ئەو ئافرەتانەی لە دایکایەتی هەڵدێن یان ناتوانن ببن بە دایك تا کۆتایی تەمەنیان حەسرەتی ئەو خۆشییە لەدەستچوویان دەخۆن و، ڕەنگە کێشەی دەروونییان بۆ دروست ببێت و، هەمیشە هەست بە تەنیایی بکەن و، لە هەرکوێیەك دایکێك ببینن ئیرەیی پێ ببەن.

بـەڵام ئـەو ئافرەتانـەی بوونەتـە دایـك، بەهێـزن و، وابەسـتەی ژیانن و خۆشـی و ئاسـوودەیی لـە ناخیان نابڕێـت..

پێغەمبەر (د.خ) دەفەرمووێت:

"ئەوەی حەز دەکات تەمەنی درێژ بێت و، بەرەکەت بکەوێتە ڕزقییەوە، ئەوا با دڵی دایك و باوکی ڕابگرێت و، سیلەی ڕەحمیشی بپارێزێت".

"دڵی دایك، قوتابخانەی منداڵە".

هێنری فۆرد بیچەر

28

هەنگاوی بیست و هەشتەم

هۆکارەکانی «بۆڵەبۆڵ کردن»ی ئافرەتان چین؟

«ئایا بۆڵەبۆڵ کردنی ئافرەتان بە هۆی ئەوەوەیە کە خۆیان بۆڵەبۆڵکارن؟ یاخود بە هۆی ئەوەوەیە کە هاوسەرێکیان هەیە دەیانخاتە بۆڵەبۆڵ کردن؟»

د. کارن هۆڕنی

پێویستە ئەو پرسیارەی دکتۆر کارن -کە بە لێکۆڵینەوەکانی لە بواری خێزانییدا ناسراوە- بە هەند وەربگیردرێت.. هەر بەڕاستی بۆڵەبۆڵ کردن لە سروشتی ئافرەتانە؟ یاخود هۆکارێکی دیکە هەیە وایان لێدەکات بۆڵەبۆڵ بکەن؟

کاتێـک لـەو سـەرچاوە و لێکۆڵینەوانـە دەڕوانیـن کـە سـەبارەت بـەم بابەتـەن، دەبینیـن ئافرەتـان زیاتـر حەزیان لـە قسـەکردنە و، زۆرتر پێ لەسـەر بابەتێـک دادەگـرن و، کێشـەکانی ناخیـان بە قسـە و هەندێ جار بە شەڕەقسـە دەردەبـڕن.. دیـارە کـە هەمـوو کاتێـک هـۆکاری بۆڵەبۆڵەکـە خانمـان نیـن، دەبێـت پیاوانیـش لـەم بابەتـە نەبوێریـن.

بـەر لەوەی بچینە سـەر باسـی بۆڵەبـۆڵ کردنـی خانمـان، حەزدەکەم دوو بەسـەرهاتی خۆمتـان بۆ بـاس بکەم:

کاتێك مامۆستا بووم، قوتابییەکی شیرینم هەبوو بەناوی (ئەمەل)، کچێکی ڕێکوپێك و ڕێکپۆش بوو و، زۆریش زیرەك بوو، بەڵام کەسێکی داخراو بوو.

جارێك لە پۆلدا هاوڕێکەی تەنیشتی ڕاستەکەی شکاندبوو، لەسەر ئەمە ئەمەل گریانێك دەگریا کە بە هیچ بۆمان ژێر نەدەبووەوە! دواتر زانیمان لەبەر ئەوە بوو کە لە دایکی دەترسا.

لە کۆبوونەوەی دایکان و باوکاندا ئەم باسەم بە باوکی وت، کابرای داماویش بەدەست ژنەکەیەوە دەردەدار بوو، وتی:

«مامۆستا! خوا لەوە خراپتر نەدات، بەڵام کچەکەم دایکێکی هەیە، هەر هەڵەیەکی بچووك لە منداڵێکی ببینێت، ئەو ڕۆژە تا ئێوارە دەیڵێت و دەیڵێتەوە و، بەمەش هەم خۆی هیلاك دەکات و هەم ئێمەش بەخۆیەوە بێزار دەکات، ڕاستییەکەی هەموو خێزانەکە زەلالەتییەتی بەدەستیەوە.. هەر ئەو بۆڵەبۆڵ نەکات، ئیتر قەیناکە هەر چییەك دەبێ با ببێ».

دووەم بەسەرهاتیشم هی هاوکارێکی زۆر خۆشەویستمە.

خێزانەکەی قورگی دەئێشا و، ئەویش بردبووی بۆ نەخۆشخانە، کەچی پزیشك هیچ هۆیەکی تەندروستیی بۆ ئازارەکەی نەدۆزیبووەوە و، لە کۆتاییدا لێی پرسیبوو:

«نەکا هەر لەسەر زۆر وتن ڕاهاتبیت و هیچی تر؟»

لەو کاتەدا ژنەکەی هەستابوو و نەخۆشخانەکەی جێ هێشتبوو.

مامۆستاکەی هاوەڵم هەفتەیەك دوای ئەو ڕووداوەش دەیوت: هێشتا لەماڵەوە ڕق و قین لەو دکتۆرە هەڵدەڕژێت.

دیارە ئەمەش بەگشتی بۆ هەموو خانمان نییە و، هەموو پیاوانیشی لێ بێبەری نین.

> **"قەدر و بەهای ئافرەتی چاك لە نەبوونیدا دەردەکەوێت".**
>
> عەبدولحەق حەمید

هۆکاری گرنگ هەن بۆ ئەو قەناعەتەی خەڵك کە ژن بە بۆڵەبۆڵکار دەزانن، بە واتایەکی دیکە ئەگەر خانمان بۆڵەبۆڵیش بکەن، ئەم هەڵسوکەوتەیان لە خۆیانەوە و بێ هۆ نییە.

ئەو خانمانەی بۆڵەبۆڵ دەکەن کامانەن؟

١ - ئەوەی هەست ناکات بەڕادەی پێویست لە لایەن هاوسەرەکەیەوە گرنگ و خۆشەویست و پارێزراوە.

٢- ئـەوەی دەکەوێتـە ژێـر فشـاری زۆرەوە لەلایـەن هاوسـەرەکەیەوە و زووزوو توندوتیـژی بەرامبـەری دەنوێنرێـت.

٣- ئەوانەی هاوسەرەکانیان بێ دەستەڵات و، بێ غیرەت و تەمبەڵن.

٤- ئەوەی بواری دارایی ماڵەکەی لاوازە.

٥- ئـەو خانمـەی ئـەو هاوسـەرەی دەسـت ناکەوێت کـە بەهیـوای بووە و ناچـارە بە زۆر خـۆی لەگـەڵ مێردەکەیـدا بگونجێنێت.

٦- ئەوەی ئیمان و پەرستشی لاوازە.

٧- ئەوەی بەهای ئەو نیعمەتانە نازانێت کە لەبەردەستیدان.

٨- ئەوەی لەگەڵ خەسوویدا کێشەی هەیە.

٩- ئەوەشی کە لە شوێنی کارەکەی ئاسوودە نییە.

دەکرێت ئەمانە و چەندین هۆکاری دیکە بکەینە پاساوی ئەم هەڵسوکەوتەیان.

باشە دەکرێت ئەم کێشەیە نەهێڵین؟

لەم بارەیەوە لێکۆڵینەوە کراوە و، بەم ئەنجامانە گەیشتوون:

١- پێویسـتە گرنگـی بـە بابەتـی بۆڵەبـۆڵ کردنـی خانمـان بدرێـت و، لـە هۆکارەکانـی بکۆڵدرێتـەوە.

٢- پێویستە پیاو بەپێی پێویست خۆشەویستی و گرنگی بە ژنەکەی بدات.

٣- پێویسـتە زووزوو تاکەکانـی خێـزان کۆببنـەوە و کێشـەکانیان بخەنە بەر باس و، بـەدوای ڕێگەچـارەدا بگەڕێن.

٤- پێویسـتە ژن گرنگـی بـە هاوسـەرەکەی بـدات و، پیاویـش گرنگـی بـە خێزانەکـەی بـدات و، لـە کێشـەکانی یەکـتری بکۆڵنەوە.

٥- پێویسـتە بزانـن کـە خێـزان لانەیەکی کاتـی نییـە، بەڵکـو هاوەڵێتییەکی پیـرۆز و بەردەوامە.

ئـەم وتانـەی خاتوو (گولای ئاتاسـۆی) -کـە چەندین توێژینـەوەی گرنگی دەربـارەی ژیانـی خێـزان ئەنجامداوە- لەم باسـەی ئێمەدا جێـی بایەخن:

«ئـەو خانمـەی هاوسـەرەکەی گرنگیی تەواوی پـێ نـادات، بۆڵەبۆڵ وەك چەکێـك بـەکار دەهێنێـت و، وەك بەخۆداهەڵـدان لەبـەر چـاو مێردەکەیـدا دەیـکات. بـۆ نموونـە دەڵێـت: کە گەنـج بـووم چ کچێـك بـووم! خزمەکانم

ئەیانـوت شـایانی پادشـاکانم، ئای کێ و کـێ ئەهاتنە داوام! بـەڵام ئیتر قەدەر بـۆ یەکـی ویسـتین، ئەگـەر نـا مـن لە کـوێ بـووم و تۆ لـە کوێ!

ئیـتر بـە وتەی هاوشـێوەی ئەمـە وەسـفی خۆیان دەکـەن و، هـەوڵ دەدەن بیسـەلمێنن کـە کەسـێکی بەنرخن.

ئـەو پیاوەشـی گرنگـی بـەم حاڵـەی خێزانەکـەی دەدات، پێویسـتە لە بری تاوانبارکردنـی خێزانەکـەی بـە بۆڵەبۆڵـکار، بیربکاتـەوە و لەخـۆی بپرسـێت: باشـە ئـەم ژنـەی مـن هـەر وا بۆڵەبۆڵـکار بـوو؟ یـان هۆکارێـك هەیە بـۆ ئەم قسـانەی؟ نـەکا من هـۆی ئـەم بۆڵەبۆڵانـەی بم؟

بەمجـۆرە دەبێـت هـەوڵ بـدات تـا سـەر لـەم هەڵسـوکەتانەی خێزانەکەی دەردەکات.

تەنانەت ئەگەر توانی، پێویستە بچێت بارودۆخی قۆناغی منداڵیی خێزانەکەی هەڵبسەنگێنێت، چونکە ئەو ئافرەتەی کە لە منداڵییدا خۆشەویستیی تەواوی لەلایەن دایك و باوکیەوە پێ نەگەیشتووە، کاتێك دەبینێت هاوسەرەکەشی هەر وەك پێویست گرنگیی پێ نادات و خۆشەویستیی خۆی بۆ دەرنابڕێت، ئەوا ئەمیش دەست دەکات بە بۆڵەبۆڵ.

ئیـدی ئافـرەت بـە قسـە هێرشـی خـۆی دەکاتـە سـەر بەرامبەرەکـەی، لەبەرامبـەر ئەمەشـدا هاوسـەرەکەی چـی دەکات؟ دیـارە کـە خێزانەکـەی بـە بۆڵەبۆڵـکار تۆمەتبـار دەکات، بـەڵام ئەگـەر کەمێـك زیاتـر گرنگیـی پـێ بـدات و خۆشەیسـتی و هاوەڵێتـی و دۆسـتایەتیی نێوانیـان زیـاد بـکات، ئەوا نەخۆشـییەکە لـە ڕەگ و ڕیشـەوە بنەبـڕ دەکات».

بۆڵەبۆڵـی ژن بـێ هـۆ و لەخـۆڕا نییـە و، پێویسـتە پیـاو گوێـی لـێ ڕابگرێـت و، بیرێـك لـە هۆکارەکانـی ئـەم هەڵسـوکەوتەی خێزانەکـەی بکاتـەوە، بـەڵام ئەگـەر ئەویـش بـە بۆڵەبـۆڵ وەڵامـی بداتـەوە ئـەم حاڵەیـان تـا سـەر بـەردەوام دەبێـت و چارەسـەر نابێـت.

زۆر وتنی خانمان لە خۆڕایی نییە، هۆکارگەلێك هەن کە هێناویاننەتە قسەکردن.

پرۆفیسۆر حیلمی زیا ئولگین

29

هەنگاوی بیست و نۆیەم

چۆن ڕێگریی لە دروستبوونی دەمەقاڵێ دەکرێت لە خێزاندا؟

«هەوڵدان بۆ یەکخستنی دوو کەس، دیارە کە گرانە و ڕەنجی زۆری دەوێت، بەڵام هەوڵدان بە نییەتێکی باشەوە، دەمەقاڵێکان زیاد ناکات، بەڵکو کپی دەکاتەوە».

پڕۆفیسۆر و دکتۆر تاوش

ژیانی خێزان لەسەر لێکتێگەیشتن و، ئارامگرتن و لێبوردەیی بنیاتنراوە، بۆیە پێویستە هاوسەرەکان بۆ تێکنەدانی ئەم هاوسەنگییە هەوڵی زۆر بدەن.

مێژووی مرۆڤایەتی بە چەندین نموونەی لەم بابەتە نەخشێنراوە، هەر بۆ زیاتر تیشکخستنە سەر؛ ئەم نموونەیە دەهێنمەوە دەربارەی خێزانی فەیلەسوفی ناودار (سوقڕات).

ژنە بەدخووەکەی سوقڕات ناوبانگێکی هەیە، چونکە دۆست و دوژمنی نەدەخوێندەوە و هەردەم بەسەر سوقڕاتدا هاواری دەکرد و سەرزەنشتی دەکرد، لەبەرامبەر ئەمەشدا سوقڕات هەر ئارامی دەگرت.

دووبارە ڕۆژێك ژنەکەی سوقڕات هاواری دەکرد بەسەریدا و، بەمەشەوە نەوەستا سەتڵێك ئاویشی کرد بەسەریدا، کاتێك سوقڕات بینی وا دۆستەکانی زۆر نارەحەت بوون بەمە، وتی: «ئەمە شتێکی زۆر ئاساییە، چونکە دوای هەورەگرمەی زۆر، باران دەبارێت، دەستی خانمەکەم خۆشبێت، منی شۆرد و پاکی کردمەوە».

لـه هەمـوو خێزانێکـدا دەمەقاڵـێ و یەکـتر تاوانبارکـردن و، تەنانـەت دڵڕەنجاندنیـش هەیـە، ناکرێـت بـەر لەمـە بگیردرێـت، بـەڵام پێویسـتە ئـەم موناقەشـانە بـە لێکتێگەیشـتن و ئارامگرتـن کۆتاییان پێ بهێنرێـت، خۆ ئەگەر زۆر بخایەنـن ئـەوا کێشـەی زۆر جددییـان لـێ دەکەوێتـەوە.

بەگشتی هۆکاری دەمەقاڵێی سەخت و شەڕ و ئاژاوەکانی خێزان لە سێ بواردایە:

١- دوو هاوسـەرەکە وەك پێویسـت یەکیـان نەناسـیوە و میزاجیـان لەگـەڵ یـەك ناگونجێت.

٢- کێشەی دارایی.

٣- دەستتێوەردانی کەسانی تر لە کاروباری تایبەتیی خێزانەوە.

هاوسـەرگیریی بـەر لـە یەکترناسـین و، جیاوازیی هەڵسـوکەوت و خوو و ئـارەزوو و تێڕوانیـن بـۆ ژیـان، هۆکارێکی سـەرەکی نەگونجانە.

کزی و لاوازیی توانای دارایی پێویستیش یەکێکە لە گرفتەکانی شارنشینەکان، ئەمە هەرچەندە لای گوندنشینەکان کێشەیەکی ئەوتۆ بەرپا ناکات، بەڵام لای شارنشینەکان بەپێچەوانەوەیە.

خۆتێهەڵقورتاندنی خزم و کەس لە ژیانی خێزانیی تازەهاوسەرەکانەوە و، ویستی ئاڕاستەکردنیان لە دەرەوەی خێزانەوە یەکێکی دیکەیە لە هۆکارەکانی ناسەقامگیریی خێزان.

هەندێك کەس دەوەستن و حەیف بۆ ئەوە دەخۆن بۆچی هاوسەرگیرییەکی خراپیان کردووە، لەکاتێکدا ئەگەر لەبری کڕووزانەوە کار بۆ باشترکردنی ژیانی خۆیان و خێزانەکەیان خەرج بکەن و، هەوڵی ئاسوودەبوون بدەن کارێکی ژیرانەتر دەبێت.

پێویسـتە ئـەو ڕووداو و حاڵانـەی هەمـوو خێزانەکـە پێیـان دڵخـۆش دەبـن دیـاری بکرێـن و، هـەوڵ بدرێـت بـە پێـی توانـا زۆر بکرێـن، چونکـە بەختەوەریـی ئەگـەر کەسـانی دیکـەی تێـدا پشـکدارکرا و، گرنگـی تـەواوی پێـدرا، زوو چـڕ دەکات. بنەمـای خێزانی بەختەوەر ئەوەیە لەپاڵ تێگەیشـتنی جیـاواز بـۆ بەختەوەریـی هاوسـەرەکان تێگەیشـتنێکی هاوبـەش دروسـت

بکەن بۆ ئاسوودەبوونی هەموو ئەندامانیان، ئەگەر لە خێزاندا هەوڵی هاوبەشکاریی نەبوو، ئەوا بەختەوەرییش بوونی نابێت.

ئەو خۆشەویستییەی بەرامبەر بە هاوسەر هەستی پێدەکرێت، پێویستە لە وتە و کرداردا ڕەنگ بداتەوە، باشترین وەسفی ڕێز و خۆشەویستیش، لە ناخەوە گرنگی دانە بە بەرامبەرەکەت، کەسێك چەندێك گرنگی بە بیروهەستەکانی هاوسەرەکەی دەدات، بەو ئەندازەیەش ڕێزی لێ دەگیرێت و بەبەهایە لای، خۆشویستن و خۆشویسترانیش پێویستییەکی بنەڕەتی هەموو مرۆڤێکە.

کاتێك ڕەخنە لە هەڵسوکەوتێکی ژن یان پیاوەکە دەگیردرێت، نابێت کەسایەتیی بکرێتە ئامانج، بەراوردکردنی ڕووخسار و پۆشاك و هەڵسوکەوتی هاوسەر لەگەڵ کەسانی دیکەدا و، ڕەخنەگرتن لە لایەنە نەرێنییەکانی کارێکی جوان نییە، پێویستە بەتایبەتیش خۆبپارێزرێت لە ڕەخنەگرتن و بچوككردنەوەی یەکتری لەپێش چاوی کەسانی دیکەدا، بگرە زۆر گرنگە کە لای کەسانی دیکە پشتوپەنای یەك بن و، تەنها ڕووە باشەکانی یەکتری لەبەرچاو بگرن.

پێویستە هەوڵ بدەن پەیوەندی لەگەڵ هاوسەرەکەتان، لەسەر بنەمای ئامانجەکانی داهاتوو و، هیوا و ئاواتەکانتان بنیات بنێن؛ نەك لەسەر ناخۆشی و ناسازییەکانی ڕابردووتان، لەم لایەنەشەوە پێویستە ئاڵوگۆڕی بیر و هەست چڕ بکەنەوە، کاتێکیش ئەمە دەکەن بیرتان بێت کە زۆر کات بەختەوەریی لە هیوا و ئاواتەکانەوە سەرچاوە دەگرێت.

لە ڕاستیدا جارجارەش دەمەقاڵێ لە نێوان هاوسەرەکاندا پێویستە. ئەگەر لەبەر دروست نەبوونی کێشە؛ هەر گرفتێك هەبوو شاردرایەوە و، کپ کرا، دوای ماوەیەك ڕەنگە ئەم کێشە کەڵەکەبووانە کێشەی قورسیان لێ بکەوێتەوە، ئەو کەسەی کە هەمیشە داواکارییەکانی لە ناخیدا قەتیس دەکات، دوای ماوەیەك بەرگەی ئەو هەموو فشارە ناگرێت و، ئەم داواکاریانەی وەك بوخارێك دەتەقێتەوە و، کاتێکیش کار گەیشتە ئەم تەقینەوەیە، زیانەکان زۆر زیاتر دەبن.

ئەگەر کێشەکان لە کاتی خۆیدا بە گفتوگۆ لێیان بکۆڵدرێتەوە؛ بەر لە گەیشتن بەم خاڵە چارەسەر دەکرێن، هەر نەبێت زیانەکانیان کەمتر دەبێت.

چۆن نەگونجاوییەکانی ماڵەوە دەگەیەندرێنە نزمترین ئاست؟
بۆ ئەم مەبەستە پێویستە ئەم ڕێگایانە بگیردرێنە بەر:

١- دەبێت ئەوە باش بزانن، ئەگەر دەمەقاڵێ و نائارامی لە تام دەرچوو ئیدی سەرکەوتوویەك نامێنێت، پێویستە کێشەکانی ماڵ بێ پەنابردنە بەر دەمەقاڵێ چارەسەر بکرێن، چونگە ئەگەر ڕێگە بۆ دەمەقاڵێیەکی توند خۆش بکرێت، کێشەکە قووڵتر دەبێتەوە.

٢- هەمووان بەرانبەر بە ڕووداوێك کە بیانڕەنجێنێت کاردانەوەی جیاوازیان هەیە، لە هەندێ کەسدا ئەم هەستە زۆر زیاترە و، هەر لەگەڵ بچووکترین ڕووداودا تووڕە دەبن و قیامەت بەرپا دەکەن، خێزان و منداڵی ئەمجۆرە کەسانە هەمیشە دڵتەنگن، چونکە لە هەر ساتێکدا ئەگەری هەڵچوون و تووڕەبوون هەیە، بەڵام وەك هەر شتێك ئەگەر بە وریاییەوە هەڵسوکەوت بکرێت تووڕەبوونیش جڵەو دەکرێت.. مرۆڤ ئەگەر ویست و ئیرادەی خۆی بەکاربهێنێت دەتوانێت ئاراستەی ئەم خووە ناشیرینەی خۆی بگۆڕێت.

٣- زۆر گلەیی کردن و ڕەخنەگرتن لە کەسی بەرامبەر لە خێزاندا؛ کەسەکە بێزارتر دەکات و، دەبێتە هۆکاری خراپ جوڵانەوەی، لەبەر ئەوە پێویستە ژن و مێرد زۆر سەرنەکەنە سەر یەکتری، لە کاتی ڕەخنەگرتنیشدا پێویستە ڕێز لەیەك بگرن و حسابی کەسێکی تێگەیشتوو بۆ یەك بکەن.

٤- دەبێت پیاوان زۆر گلەیی و گازندە دەرنەبڕن و، خانمەکانیش تادەتوانن لێبوردە بن.

ئارامنەگرتن و ناڕازی بوون لە ماڵشێواندنی پیاوان و، هێنانەوەی میوانی ناوەخت و، کاروکردەوەیەك کە لەوەو پێش نەیکردوون، دەشێت ببێتە سەرچاوەی نائارامی، لەم بارەدا دەکرێت بە ئارامگرییەکی کەم کێشەی زۆر گەورە سەرکوت بکرێت.

٥- پێویستە ژن و مێرد لەبەرامبەر هەندێك وتە و قسەدا -جا بەمەبەست وتبێتیان یان نا- داوای لێبوردن لە یەك بکەن و بڵێن: «بمبورە، بە مەبەست نەبوو، نەمتوانی بەسەر تووڕەییەکەمدا زاڵ ببم»، یان «زۆر خراپ تووڕە بووم، نەمدەزانی چی ئەڵێم و چی ئەکەم».

٦- دەمەقاڵێـی نێوان هاوسـەرەکان بـەو واتایە نییە لەیـەك تێناگەن، چونکە هەنـدێ جـار بـێ ویسـتی خۆیـان دەکەونـە دەمەقاڵێ، ئـەوەی گرنگـە ئەوەیە قسـەکانیان لـە چوارچێوەیەکـی ڕێزدارانـەدا بەڕێـوە بچێـت و، هۆیەکانـی دەمەقاڵێکـە بدۆزرێتـەوە و مافـی هەریەکەیـان پارێـزراو بێت، تا لـە ئەنجامدا کێشـەکان چـارە بکـەن، بەپێچەوانەشـەوە ئەگـەر هاوسـەرەکان هەمیشـە هەر شـەڕیان بێـت و لـە وردەکاریـی ڕووداوەکان نەکۆڵنـەوە و، سـەرچاوەکانی نائارامییەکانیـان نەدۆزنـەوە، ئیـدی ژیـان بـۆ هـەر دوو لایـان بارێکـی گـران دەبێت.

٧- پێویسـتە زۆر لەسـەر ڕووداوە سـادەکانی مـاڵ ڕانەوەسـتن، نابێـت هاوسـەرەکان هەڵـەی بچـووك و هیـچ زەق بکەنـەوە، چونکـە بەگشـتی زۆرینـەی شـەڕەکان لـە گەورەکردنـی ڕووداوە بچووکەکانـەوە سـەردەردێنن. دەشـێت شـەڕێك لەسـەر ئـەوەی یەکێکیـان لەسـەر قسـەی ئـەوی دیکـە کە دەڵێـت: «ئـەو منداڵـە بۆچـی ئەگـری؟ بـۆ ژێـری ناکەیتـەوە؟» هەڵبداتەوە و بڵێـت: «جـا خـۆ هـەر منداڵـی مـن نییـە، تـۆ بچـۆ بێدەنگـی کـە»، ئەمـەش ڕەنگـە چەنـد کاتژمێریـك بخایەنێـت.

٨- هەنـدێ جاریـش هاوسـەرەکان بـە هەڵـە لەیـەك دەگەن، هەنـدێ جار یەکێکیـان بـە ویسـتی خـۆی شـتێك دەڵێـت یـان ڕەنگـە بـە نییەتێکـی بـاش ئەو قسـەیە بـکات، بـەڵام لەبـەر بەدحاڵیبوون یاخـود باش هەڵنەسـەنگاندنی قسـەکە دەشـێت ئەم قسـانە ببنە هۆی شـەڕێکی توند لە نێوانیاندا. لە ڕاسـتیدا ئەگـەر لە قسـەیەك بـاش تێنەگەیشـتن، پێویسـتە داوای دووبارەکردنـەوە بکەن و، دووبـارە گوێـی بـۆ ڕابگرنەوە و، بە مێشـکێکی سـافەوە کاردانـەوە بنوێنن.

٩- خێزان لە کارگەیەك دەچێت، هاوسەرەکانیش ئامێرە بزوێنەر و بەرهەمهێنەکانی ئەم کارگەیەن، هەروەك چۆن نابێت ئەم ئامێرانە بە پێچەوانەی بزاوتی یەکەوە کاربکەن، هاوسەرانیش بەهەمان شێوە؛ پێویستە لەبری ئەوەی یەکتری تێکبشکێنن، پێکەوە کاربکەن بۆ ئاسوودەکردنی یەکتر.

١٠- هەرگیـز نابێـت ئـەو دەمەقاڵێیانەی لـە ماڵێکدا دەکرێـن بەدیار چاوی منداڵەکانـەوە بکرێـن، چونکـە گـەر منداڵـەکان ئـاگاداری ئـەم ناکۆکییانە بن ئـەوا ئـەم حاڵە وایـان لـێ دەکات کەسـانێکی شـەڕەنگێزیان لـێ دەربچێت،

یاخود ئەگەر هەموو توورەیی و هەستەکانیان لە ناخی خۆیاندا بشارنەوە ئەوا کەسانێکی ترسنۆك و شەرمنیان لێ دەردەچێت، جگە لەوەش شەڕوشۆڕی نێوان دایك و باوك هەستی دایکایەتی و باوکایەتی لەکەدار دەکات و، ڕێزیان لای منداڵەکانیان کەم دەکاتەوە.

١١- لە کاتی دەمەقاڵێی توندا، هەرگیز نابێت منداڵەکان پەلکێشی ناو بابەتەکە بکرێن و، داوایان لێ بکرێت لایەنگریی یەکێکیان بن، نابێت لە کاتی شەڕی نێوانتاندا بە منداڵەکان بڵێن: «تەماشاکە ڕۆڵە، ئەبینیت دایکت چۆن هەڵسوکەوتم بەرامبەر ئەکات، ئێستا تۆ بڵێ کامەمان لەسەر هەقین؟»، یان «تەماشاکە ڕۆڵە، خۆ باوکت ئەبینیت چۆن بە ناهەق لەگەڵم ئەجوڵێتەوە، تۆ بڵێ ئەو تاوانبارە یان من؟» بەمجۆرە منداڵەکانتان ناچار بەهەڵبژاردنی یەکێکتان بکەن.

نابێت هەموو دەمەقاڵێیەك ببێتە هۆی یەکتر زویرکردن یان دڵشکاندنی یەکتری، بەڵکو پێویستە هاوسەرەکان بزانن کە بە چ شتێك زۆر هەستیارن و، ئەو باسانە نەهێننە پێشەوە.

دەبێت باش ئەوە بزانن کە شەڕ و دەمەبۆڵێی توند هەرگیز چارەی کێشەکان ناکەن، بەڵکو بەپێچەوانەوە کێشەکان زیاتر دەکەن.

ئەم وتەیەی مامۆستا سەعیدی نوورسیش زۆر باش ئەم باسەی پوخت کردووەتەوە، کە دەڵێت:

«چەکی سەرکەوتن بەسەر کەسانی خوێندەوار و تێگەیشتوودا، قەناعەت پێکردنیانە، نەك بەکارهێنانی زۆر و زەبر وەك کێوییە هیچ نەبیستەکان».

"ئەگەر ژنەکانتان ئێوەیان خۆش بوێت، لە هەموو هەڵەیەکتان دەبوورن، بەڵام ئەگەر خۆشیان نەوێن ڕەخنە لەهەر کردەوەیەکتان دەگرن، کەواتە ئەرکی پیاوان ئەوەیە خۆیان لای خێزانەکانیان خۆشەویست بکەن".

هۆنۆری دێ باڵزاگ

30

هەنگاوی سییەم

توندوتیژی لە خێزاندا چارەسەر نییە

«نایابترین خاوەن خێزان، کە پێغەمبەری ئازیزمانە (د.خ)، تەنانەت پەلەپیتکەیەکیشی لە هاوسەر و خزمەتکارەکانی نەداوە و، هەرگیز قسەی ناشیرینی پێ نەوتوون و، هەڵسوکەوتێکی نەنواندووە کە ئەوانی پێ بشکێنێتەوە».

محمد حەمدی یازر ئێلمایی

توندوتیـژی لـە خێزانـدا، بـە لێدانـی هاوسـەر و منداڵـەکان، بەکارهێنانـی هێـز و فشـار، لـە هیـچ چەرخێکـدا هیـچ کێشـەیەکی چارەسـەر نەکـردووە، بەڵکـو بەپێچەوانـەوە؛ چەنـد قـات زیاتـری کـردوون.

سـەدان نموونـەی تـاڵ هـەن کـە دەرئەنجامەکانـی توندوتیژی لـە خێزاندا دەردەخـەن، ڕەنگـە هەمـوو کەسـێك کـەم یـان زۆر شـاهیدی ڕووداوێکـی لەمجـۆرە بووبێـت، چونکـە زووزوو دیمەنـی ئـەم شـێوازە ناشارسـتانانەیە لە شاشـەی تەلەفزیـۆن و ڕاپەوەکانـی دادگادا نیشـان دەدرێـت.

تـا توندوتیـژی لە هـەر خێزانێکدا زیاتـر بێت، ئـەو خێزانە تەمەنـی کورتتر و ژیانێکـی نائارامیـان دەبێـت، چونکـە توندوتیـژی کۆتایـی بە دۆسـتایەتی و متمانـە و ئاسـوودەیی و هاوبەشـی دەهێنێت.

کاتێـك مامۆسـتای قۆناغـی سـەرەتایی بـووم قوتابییەکـم هەبـوو بەنـاوی (ئایسـێل)، کـە لـە پۆلـی چـوارەم بـوو، تـا بڵێـی گۆشـەگیر و داخـراو بـوو،

هەرگیـز نەدەچـووە نـاو کۆمەڵـی هاوەڵانـی و خۆشـی دەرنەدەخسـت.

ڕۆژێـك کە هات بـۆ قوتابخانە چاوێکـی پێچرا بوو، هەرچەنـدە پێداگریم کـرد بـەڵام هۆکارەکەی نـەوت، تەلەفۆنمـان بۆ باوکی کـرد، لەماڵـەوە نەبوو، دایکیشـی کۆمەڵێك بیانـووی هێنایـەوە و، ئەویش نەهات.

دواتـر زانیـمان کە هـەم خۆی و، هـەم دایکیشـی ڕووبـەڕووی توندوتیژی بوونەتەوە.

باوکـی بەسەرخۆشـی دەچێتـەوە بـۆ مـاڵ و، هـەر کاتێك دایکی شـتێکی پـێ بڵێـت بەردەبێتە گیانـی، منداڵەکانیش کاتێـك هەوڵ بـدەن دایکیان ڕزگار بکـەن، ئەوانیـش دەکەونـە بەر ڕەحمەتـی لێدانەکانـی باوکیان.

ئـەم درامایـە زۆری نەخایانـد، دایکیـان خـۆی ژەهرخـوار کـرد و، خـۆی کوشـت، ئایسـێلیش کە گەورەتریـن منداڵی ماڵەکە بوو، دەسـتی لـە خوێندن هەڵگـرت و، بـەو منداڵییـەوە کەوتـە بەخێوکردنـی خوشـك و براکانـی، باوکیشـیان ئیـدی سـەری نەکـردەوە بـەو ماڵـەدا.

توندوتیـژی لـە خێزانـدا ئەمـە و سـەدان کارەسـاتی دیکـەی وەك ئەمـەی لێکەوتووەتـەوە.. وەك لـە وڵاتـی ئێمەدا هەیـە، لە وڵاتانی دیکەشـدا بەهەمان شـێوەیە، بەتایبەتـی لـە ڕۆژئـاوا، خانمـان زۆر زۆر لێـدان دەخـۆن بەدەسـتی هاوسـەرەکانیان، تەنانـەت لەوێ چەند شـوێنێك هەن کە ئافرەتـان وەك پەناگە ڕووی تێدەکـەن، بـۆ نموونە لە ئەمریـکا هەموو سـاڵێك (٢-٤) ملیۆن ئافرەت لـە لایەن هاوسـەرەکانیانەوە لێیان دەدرێـت، بە پێی ڕاپۆرتێکـی (FBI) هەموو چـوار ڕۆژ جارێـك ئافرەتێـك بەهۆی لێدانـەوە دەمرێت.

توندوتیـژی هۆکارێکـی گرنگـە بـۆ لەناوبردنـی ئارامیی مـاڵ، چونکە لەم بـارەدا بـە زۆر مل بـە ئافرەتەکە کـەچ دەکرێـت و کارەکە دەبێتە خۆسـەپاندن، واتـە پیاوەکـە بانگەشـەی دەسـتەڵاتداربوونی خـۆی دەکات، دیـارە پیاوێـك متمانـەی بەخـۆی هەبێـت هەرگیـز پەنا ناباتـە بەر ئـەم ڕێگـە دڕندانەیە.

دووبـارە بەپێـی لێکۆڵینەوەیـەك لە ئەمریکا، ئـەو پیاوانەی لـە خێزانەکانیان دەدەن کەسـایەتییەکی لاوازیـان هەیـە و، ترسـنۆك و کێشـەدارن، هەروەهـا قۆناغـی منداڵیشـیان دوور لـە سـۆز و میهرەبانـی بردووەتە سـەر.

پسـپۆڕانی دەروونناسـی وڵاتانـی خۆشـمان پشتڕاسـتی ئـەو لێکۆڵینەوەیە

دەکەنـەوە کـە لـە ئەمریـکا کـراوە، یەکێـك لەوانیـش پرۆفیسـۆر و دکتـۆر (ئۆزجـان کۆکتێـل)ە، دەڵێـت: «لێـدان تەنهـا کاریگەریـی لەسـەر جەسـتەی ئافـرەت نابێـت، بەڵکـو دەبێتە هۆی تێکدانـی هاوسـەنگیی دەروونیی. کاتێك بـاوك لـە دایـك دەدات و، دایکیـش داخـی دڵی بـە منداڵەکانـی دەڕێژێت، لە ئەنجامـدا منداڵـەکان خـراپ دەردەچـن.

جگـە لـەوەش ئـەو کەسـانەی چێـژ لـە لەکەدارکـردن و سـەرکوتکردنی کەسـانی دیکـە دەبینن، لەڕاسـتیدا کەسـایەتی خۆیان لەکەدار دەکـەن. بە ڕای مـن لێـدان تاوانـە، هەڵسـوکەوتێکی زۆر سـووك و بێ نرخـە...».

لـە سـاڵی (١٩٩٧)دا ڕێکخراوی توێژینـەوەی خێزانـی، لێکۆڵینەوەیەکیان سـەبارەت بە ئاسـتی توندوتیـژی لە تورکیـا ئەنجامدا.

ئەنجامی لێکۆڵینەوەکە بەمجۆرە بوو:

* زۆربـەی ئـەو خانمانـەی هاوسـەرگیرییان کـردووە، لەلایـەن باوکیانەوە توندوتیـژی بەرامبەریـان کـراوە، ڕێـژەی توندوتیـژی جەسـتەیی (٥٩٪) و، ڕێـژەی توندوتیژیـی دەروونیـش لـە (٦٣٪)یـە.

• ئەو ئافرەتانەی هەوڵی خۆکوشتنیان داوە، زۆر چەوسێندراونەتەوە.

• (٤١٪)ی ئـەو ئافرەتانـەی توندوتیژییـان بەرامبـەر کـراوە، هەوڵـی خۆکوشـتنیان داوە.

• (٣٣٪)ی ئەو پیاوانەی توندوتیژی دەنوێنن، مەیخۆر و قومارباز بوون.

• (٩٢٪)ی خانمـان لـە ڕۆژەکانی سـەرەتای هاوسـەرگیرییاندا دووچاری زەبروزەنـگ بوونەتەوە.

• (٤١٪)ی ئـەو ئافرەتانـەی توندوتیژییـان بەرامبـەر کـراوە، لـە ترسـی توندوتیـژی زیاتـر سـەردانی بنکـەی پۆلیسـیان نەکـردووە.

• گشت خانمان لە سنووری ماڵەکەیاندا توندوتیژییان بەرامبەر کراوە!

• (٤٦٪)ی ئـەو پیاوانـەی توندوتیـژی دەنوێنـن تەنهـا هێـزی جەسـتەیان بەکارهێنـاوە و، (٢٢٪)یـان بـە کەلوپەلی تیژ و، (١٣٪)شـی بە شـتی تر بووە.

• (٧٧,٨٪)ی خانمـان لەکاتـی تووڕەبوونـی مێردەکانیانـدا داوای هاوکارییـان لـە کـەس نەکـردووە.

• (٤٩,٤٪)ی خانمـان لـه منداڵییاندا بەدەسـتی دایك و باوكیـان لێدانیان خواردووە.

زۆر هـۆكار هـەن بـۆ توندوتیـژی لـە خێزاندا، مـەی و هۆگرییـە خراپەكان سـەرەكیترین هـۆكارن. مەیلـی دەسـتەڵاتداربوون لـە خێزانـدا لای پیـاوان یەكێكـە لـە هۆكارەكانی پەنابردنی پیـاوان بۆ زەبروزەنگ، چونكـە هەندێ پیاو خۆپەرسـتانە هەڵسـوكەوت دەكات، دەڵێـت: «مـن پیاوم و دەبێت قسـەی من بخـوات، تـۆ ئافرەتیـت، عەقڵـت ناتـەواوە!»، لەڕاسـتیدا ئـەم پیاوانـە هەواڵی مافـی ڕادەربڕینـی ئافرەتانیان نەبیسـتووە.

ڕەنگـە بـۆ جارێكیش بێت بـە خێزانەكەیـان نەڵێـن: «تۆ ڕات چییە لەسـەر ئـەم بابەتـە؟»، لەم بـارەدا ئافرەتەكـە هەسـت دەكات بوونەوەرێكـی بێكەڵكە، ئیـدی بەهـۆی ئەمەوە هـەردەم دەمەبۆڵێیەتـی لەگەڵ هاوسـەرەكەیدا.

ئـەم شـێوە هەڵسـوكەوتەی پیـاو لەخێزانـدا كێشـەیەكی گەورەیـە، چونكە ئیـدی ڕۆژێـك دێت ئـەو ئافرەتەی هـەردەم لە ژێـر فشـاردایە و وەك ڕۆبۆتێك كاری پێدەكرێـت دەڵێـت: «باشـە مـن هیچ مافی قسـەكردنم نییە لـەم ماڵەدا؟ خـۆ مـن كۆیلـەی ئـەم ماڵـە نیـم» و، سـەرپێچی هاوسـەرەكەی دەكات، خۆ ئەگـەر سەرپێچیشـی نـەكات ڕۆحـی زۆر نائـارام دەبێت.

ئـەم دەمەبۆڵـێ و نەگونجاوییـە هـەر بەمـەوە ناوەسـتێت و، لەگـەڵ تێپەڕبوونـی كاتـدا زەبروزەنگـی زۆر لـە خێزانەكـەدا سـەر هـەڵ دەدات و، لە هەمووشـی خراپـتر ئەو لانەیەی بـە هـەزاران خەیاڵاتی جوانـەوە بنیاتیان ناوە ئاسـوودەیی لـێ دەبڕێـت و، بـەرەو لەناوچـوون دەچێـت.

هۆكارەكانی توندوتیژی لە خێزاندا:

١- ئـەو كەسـەی زەبروزەنگ بەكاردەهێنێت كێشـەی دەروونیـی هەیە و، بە هەڵـە لـە ڕووداو و كەسـەكان تێدەگات و بڕیـاری هەڵـەش دەدات، ئەمجۆرە كەسـانە بێگومان پێویسـتیان بـە چارەسـەری دەروونی هەیە.

٢- ئـەو هاوسـەرانەی ڕووداوەكان زۆر گـەورە دەكـەن و، زۆریـان بـاس دەكەنـەوە و، لەسـەریان دەڕۆن، ڕێگـە بـۆ كێشـەی گەورەتـر خـۆش دەكەن. ئـەم كەسـانە، كە لە كۆمەڵگـەدا بە بۆڵەبۆڵكار ناسراون، هەمیشـە كێشـەكانیان

بـە تازەیـی دەهێڵنـەوە و، زووزوو برینەکانیـان دەکولێننـەوە و، هەمـان قـەوان لـێ دەدەنـەوە، ئەمـەش خێـزان بـەرەو نائارامی و شەڕەقسـەی تونـد پەلکێش دەکات.

٣- فشـار و بیـری گرانی کار و پیشـەی هاوسـەرەکان، ئاگـری توندوتیژیی خێـزان گـەرم دەکات. واتـە کاتێك هاوسـەرەکان دەگەڕێنەوە بۆ مـاڵ ڕەنگە بە هۆی کێشـەیەکی سـادەوە هەڵ بچن.

٤- هەنـدێ پرتەوبۆڵـە و، غیـرە کـردن و، شـەڕی بـوك و خەسـوو و، دەسـتێوەردانی خزمـان و دەوروبـەر لـە نێـوان هۆکارەکانـی توندوتیژیـی خێزانـدان، لـەم حاڵـەدا بەتایبەتی ئـەو کەسـانەی زوو تووڕە و زویـر دەبن و، زووش فریـو دەخـۆن، زیاتـر دەبنـە قوربانـی.

٥- ئـەو هاوسـەرانەی هێـز بەکاردەهێنـن، بـە گشـتی ئەوانـەن کـە لـە منداڵیانـدا لێدانیـان خـواردووە و، سـاڵانێك لەسـەر ئـەوە گـەورە بـوون کـە کێشـە هەڵـواسراوەکان بە کوتەك وەشـاندن چـارە دەکرێن، بۆیە زۆر پێویسـتە چارەسـەری دەروونـی بکرێـن.

٦- توندوتیژی لەو کەسانەدا کە لە پیرۆزیی خێزان و، بەهای مرۆڤایەتی و، واتای خێر و شەڕ نەگەیشتوون زۆر چڕترە.

٧- کێشە داراییەکانیش هۆکارێکی دیکەی توندوتیژین.

کاریگەرییەکانی توندوتیژی لەسەر داهاتووی خێزان:

١- زەبروزەنگ هیچ گرفتێك چارە ناکات، بەڵکو قووڵتری دەکاتەوە.

ئەو پیاوەی لە خێزان و منداڵەکانی دەدات و ئاسوودەیی ماڵ تێك دەدات، ترسنۆکترین و داماوترین کەسە، چونکە ئەوەی لاوازە پەنا دەباتە بەر توندوتیژی نەك ئەوەی بەتوانایە.

لۆرد نۆرتکلیفت

٢- زۆر بنەمای وەك خۆشەویستی و ڕێز و سۆز و میهرەبانی و هاوبەشی لە خیزانـدا ناهێڵێت.

٣- ئـەو خانمانـەی لێـدان دەخـۆن، لەناخیانـدا تووڕەییـەك بەرامبـەر بـە هاوسـەرەکەیان دروسـت دەبێت و، لەبەر لەکەداربوونی کەسـایەتییان هەست بـە دڵشـکاویی و سـووکایەتی دەکەن.

٤- لێـدان بـاری دەروونیـی دایـك و منـداڵ تێـك دەدات و، لـە داهاتوودا ئەنجامـی خراپـتری لـێ دەکەوێتەوە.

٥- ئـەو منداڵانـەی لـەم ژینگەیـەدا پـەروەردە دەبـن، یـان تاوانباریـان لێ دەدەچێـت، یـان گۆشـەگیر و دوور لـە کۆمەڵگـە.

٦- ئـەو کچـەی لـە خێزانەکەیـدا توندوتیـژی دەبینێـت، هەمیشـە هەسـت بـە کەساسـی دەکات و، دەترسـێت ڕۆژێـك شـوو بـە پیاوێـك بـکات کە لێی بدات.

ئـەو کـوڕەش کـە لـە ماڵێکـی پـڕ توندوتیژیـدا گـەورە دەبێـت، قەناعەتی ئـەوەی بـۆ دروسـت دەبێت کـە لە ئافـرەت دان کارێکی ئاسـاییە، کـە ئەمەش لـە داهاتوودا کێشـەی گـەورە دروسـت دەکات.

٧- ئـەو منداڵانـەی لـە خێزانەکەیانـدا توندوتیـژی دەبینن، بە ساردوسـڕی و دوورەپەرێزییـەوە لە هاوسـەرگیری دەڕوانـن، لەبەرئەمە حەزدەکـەن بە تەنها بژین.

٨- ئـەو دایکانەی ڕوویـەڕووی توندوتیژی دەبنـەوە لەبەرئەوەی دووچاری کێشـەی دەروونـی بوونەتـەوە، داخـی دڵـی خۆیـان بـە لێدانـی منداڵەکانیان دەڕێژن.

٩- توندوتیـژی لـە هـەر خێزانێکـدا هەبێـت، ئـەو خێزانـە لـە کۆمەڵگـە دادەبڕێـت و، پەیوەندیـی بـە خـزم و کـەس و دۆسـتەکانەوە دەپچڕێنێـت.

١٠- لـەو خێزانانـەدا کـە توندوتیژیـان تێدایـە، بـێ هیواییـەك بەرامبـەر بە داهاتوو سـەر هـەڵ دەدات.

١١- ترسـناکترین ڕووی توندوتیژیـش پەرتکردنـی خێزانـەکان و، بوونـە هـۆی خۆکوشـتنیانە.

ئەگەر کچەکەت هاوسەرگیرییەکی باش
بکات، ئەوا کوڕێکت دەست دەکەوێت،
ئەگەر کوڕەکەشت هاوسەرگیرییەکی باش
بکات، ئەوا کچێکت دەست دەکەوێت.

مابڵ ڕۆز

چۆن لە خێزاندا پێش بە توندوتیژی دەگیردرێت؟

دەکرێت ئەنجامی ئەو هەوڵانەی لەم بارەیەوە خراونەتەگەڕ بەمجۆرە کورت بکەینەوە:

١- لانەی خێزان، بە دوو جیهانی جیاواز پێك دێت، هاوسەرەکان چەند لەگەڵ یەك گونجاو بن، بەڵام لە کۆتاییدا هەر دوو کەسی جیاوازن و دوو بیروتێگەیشتنی جیاوازیان دەبێت، بۆیە پێویستە ئەم جیاوازییە قبووڵ بکەن و دانی پێدا بنێن و، ڕێز لە بیروڕای یەکتر بگرن.

٢- پێویستە زەمینەی گونجاو بۆ گفتوگۆ ساز بدەن، گفتوگۆکردن لە کاتێکدا کە هەردوو هاوسەرەکە تووڕەن هیچ سوودێکی نابێت، بەڵکو دەبێت لە کاتێکدا بکرێت کە منداڵەکان لەماڵەوە نەبن و هاوسەرەکانیش تووڕە نەبن و بیروهۆشیان لای خۆیان بێت.

٣- پێویستە کاتێك ژن یا مێرد لەسەر ڕووداوێك تووڕە دەبێت ئەوی دیکە خۆی بگرێت و بەرپەرچی نەداتەوە، بەڵکو دوای ساردبوونەوەی قسەی لەگەڵ بکات و، وەڵامی پێویستی بداتەوە، چونکە کاتێك یەکێکیان تووڕەیە و ئەوی دیکەشیان وەڵامی ڕەقی دەداتەوە، کارەکە ئاڵۆزتر دەبێت.

٤- کێشەکە هەر چییەك بێت، پێویستە سەرەتا لێی بکۆڵنەوە و باش هەڵیبسەنگێنن، دواتر گفتوگۆی لەسەر بکەن، زۆر جار بڕیاردانی تاك لایەنە و گوێنەدانە بیروڕای بەرامبەر دەمەقاڵێ دەسازێنێت، کەوابوو دەبێت لەو بابەتانەدا بەرامبەریش قسەی خۆی هەبێت و، گوێشی لێ بگیردرێت، ئەو کاتە هەردووکیان زۆر باشتر لە هەڵە و کەموکوڕییەکان دەگەن و درکیان پێدەکەن.

٥- کاتێک ماوەیەک پەیوەندییەکانی نێو خێزان باش ناگوزەرێت شەڕەقسە سەر هەڵ دەدات، واتە هەر شەڕێک ڕابردوویەکی هەیە، کاتێک ڕێز و خۆشەویستی کەم دەبێتەوە بچووکترین ڕووداوێک دەبێتە هۆی ئاژاوە.

پێویستە هەنگاو بنرێت بۆ دووبارە گەڕاندنەوەی ئاسوودەیی ماڵ، بۆ نموونە دەکرێت دیاری پێشکەشی یەک بکەن، بچنە گەشتێک، یان زووزوو بەیەکەوە دانیشن و قسەی خۆش لەگەڵ یەک بکەن.

٦- پێویستە وا بیربکرێتەوە کە خێزان مەیدانێکی پیرۆزە و هاوسەرەکان هاوەڵی هەتاهەتای یەکن و، منداڵەکان بەخشش و میهری خودان و، بەم بیرەوە دەست لە هەڵەکان هەڵ بگیردرێت.

٧- پێویستە هاوسەرەکان هەوڵ و کۆشش و تەقەلای یەکتری بە گرنگ بزانن. کاتێک پیاو دەگەڕێتەوە بۆ ماڵەوە لە حاڵ و ئەحواڵی بپرسرێت و، قسەی خۆشی لەگەڵ بکرێت و، دڵی ڕابگیردرێت و، فشارەکانی لەسەر کەم بکرێنەوە، پیاویش بە هەمان شێوە دەبێت ستایشبارانی چێشتلێنان و دەسترەنگینی و کارەکانی خێزانەکەی، لە چاودێری کردنی ماڵ و منداڵەکانیدا بکات و، ڕێزی لێ بگرێت، ئیدی ئەو کات نەگونجاوییەکان کەم دەبنەوە و، هەموو هەڵسوکەوتێکی نەرێنیش نابێتە هۆی شەڕوئاژاوە.

٨- پێویستە لە کاتی درێژەکێشانی توندوتیژییەکانی خێزانیدا گەورەکانی بنەماڵە بەشێوازێکی گونجاو هەوڵی چارەسەرکردنی کێشەکە بدەن، بەڵام لەم بارەشدا بە ئاشکرا تاوانبارکردنی لایەنێک، ئاگری کێشەکە کپ ناکات، بەڵکو زیاتر خۆشی دەکات.

ڕاستییەکی حاشا هەڵنەگرە کە لێدان و توندوتیژی لە خێزانیدا ئارامی لە هیچ خێزانێکدا نەچاندووە و، کێشەکانی چارە نەکردووە، بگرە دەرگایەکە بۆ نەخۆشییە دەروونییەکان و، ڕەنگە خۆکوشتنیش دوایین پشکۆی بێت.

هەر نەگونجانێکی نێو خێزانەکان چارەسەرێکی هەیە، تەنها ئەوەندە بەسە کە هاوسەرەکان هەوڵ و کۆششی خۆیان لە پێناو دۆزینەوەیدا بخەنە گەڕ.

31

هەنگاوی سی و یەکەم

لانەکەتان خاپوور مەکەن!

«هاوسەرگیری: واتە کەم بوونەوەی مافەکان بۆ نیوە و، هەڵکشانی ئەرکەکان بۆ دوو بەرامبەر».

سکۆپێنهاوەر

مامۆستاکەمان، کە بە توێژینەوەکانی لە بواری خێزانیدا ناسرابوو، لە پڕ هاواری کرد بەسەر ئەو خوێندکارە بەجۆش و خرۆشانەی کە خێزانیان بە ئوتێلێک یان چێشتخانەیەک دەزانی و لایان وابوو کە ئەم لانەیە زوو تێک دەچێت و زووش بنیات دەنرێتەوە.

بۆ ماوەیەک چاوەکانی دڵی پڕ بوو و، لێوەکانی دەلەرزین و، خۆی بۆ ڕانەگیرا و لەسەر کورسییەکەی دانیشت.

دوای سڕینی چاوەکانی ڕووی لە ئێمە کرد، کە بەر پەرۆشەوە لێمان دەڕوانی و وتی:

«هەموو ئەو جوانیانەی لە کۆمەڵگەدان لە خێزانەوە دەردەچن و، خراپەکانیش هەروا...

خێزان، ئەو قوتابخانەیەیە کە بیروباوەڕ و ڕەوشت و هەستە نەتەوەیی و مەعنەوییەکانی لێوە سەرچاوە دەگرێت و، گەشە دەکات و پەرە دەسێنێت.

کاتێـك ئـەم قوتابخانەیـە لاوازبـوو و پەکـی کـەوت، ئـەو کات پێشـبینیی پچڕانـی دەمـارە مـاددی و مەعنەوییەکانـی کۆمەڵگـە و، بوونی بە لاشـەیەکی بـێ ڕۆح و، کارەسـاتی گەورەتریـش بکەن.

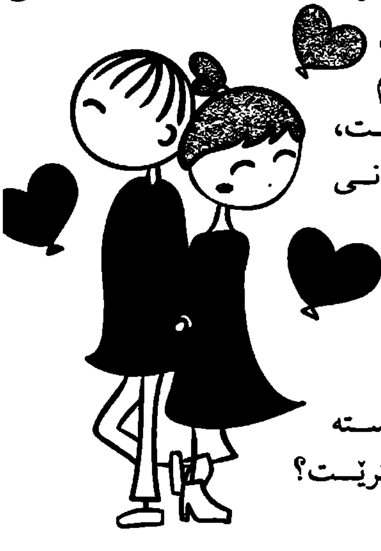
ئێسـتا تێدەگـەن بۆچـی ئەوانـەی دەیانەوێـت دەسـتەڵاتی ئـەم نیشـتیمانە جـوان و ئـەم خەڵکـە باشـانە بگرنـە دەسـت، خێـزان بـە هاوەڵێتییەکی سـادە دەزانن؟!

هاوڕێیـان، ئەگـەر خوداتـان خـۆش دەوێـت، ئەگـەر پێغەمبەرتـان (د.خ) خـۆش دەوێـت، ئەگـەر خـاك و نیشـتیمانتان خـۆش دەوێـت، لانەکەتـان مەڕوخێنـن، بەڵکـو بەهێـزی بکـەن، زیندووی بکەنـەوە، تەمەندرێـژی بکەن، بـا گەورەتریـن کاری ژیانتـان ڕزگارکردنـی خێزانەکەتـان بێـت، چونکـە خێزانەکەتـان گەورەتریـن پاڵپشـت و پەناگەیـە بۆتـان».

بە تێپەڕبوونی کات هەسـت دەکەم گرنگیی ئەم ڕاسـپاردانەی مامۆسـتاکەم زیاتـر و زیاتر ڕوون دەبێتەوە.

ئیـدی لـە ڕۆژگاری ئەمڕۆمانـدا، خێزانـەکان وەك ڕابـردوو پتـەو نین، لەو لانانـەدا کـە مـرۆڤ تەمەنێکیـان تێـدا بەسـەر دەبـات کارەسـاتی جیابوونەوە زۆر زۆر بـووە و، ئـەم مەیدانـە پیـرۆزەی مـاڵ وەك دامەزراوەیەکـی سـادە و سـاکار تەماشـای دەکرێت.

لەبـەر ئەمەیـە خێزانـەکان بەهـەر هۆیەکـەوە بێـت کێشـەیان تـێ دەکەوێـت و، تەنانـەت ڕەنگـە تاکەکانـی خێزانێـك تووشـی خەمۆکـی ببن و، بـەم هۆیـەوە ئاسـوودەیی لـە مـاڵ هەڵبگیردرێـت، بـەڵام چارەسـەری ئەمـەش پەرتەوازەکردنـی خێـزان نییـە، بەڵکـو ڕزگارکردنیەتـی.



دەبێـت داهاتـووی خێزانێـك چـۆن بێـت کـە بـە هەمـوو کێشـەیەك بلەرزێـت و، بـە ئاشـکرا مەترسـیی جیابوونـەوەی لـێ بکرێـت؟ واتـە پێویسـتە لەمبارەیـەوە چـی بـۆ هاوسـەرەکان بکرێـت؟

ئـەو هەنگاوانـەی دەکرێـت بگیردرێنە بەر لەپێنـاو تێکنەچوونی خێزاندا:

١- سەرەتا سەرچاوەی کێشەکان دیاری بکەن:

بزانن سـەرچاوەکەی کێشـەیەکی دەروونییـە؟ یان کێشـەی داراییە؟ یاخود لێکتێنەگەیشـتنە؟ یـان هـەر بـە بێ هۆیـە؟ یـان دەسـتێوەردانی دەرەکییە؟ یان هۆکارێکـی دیکەیە؟

دەروونناسـێك بەختەوەریـی خێـزان بـە «لووتکـەی بونیادێـك کـە بـە زەحمـەت دەسـتی زۆر کەسـی دەگاتـێ» دەچوێنێـت و، دەشـڵێت «هەمـوو دەمەقاڵـێ و، بیـر جیاوازییـەك بەردێکـن لـەم پەیکـەرە دەردەهێندرێـن».

هـەروەك چـۆن لەیـەك جیابوونـەوەی کۆمەڵێـك کـە هاوبیـروڕا نیـن چاوەڕوانکـراوە، بەوجـۆرەش ئـەو هاوسـەرانەی لـە بابەتـە سـەرەکییەکاندا جیاوازیـی بیروڕایـان هەیـە ئەسـتەمە بتوانـن ماوەیەکـی زۆر پێکـەوە بژیـن، بـەڵام ئەمـەش ڕێگـر نییـە لـە هاتنەکایـەی تابلۆیەکی جـوان کە بـە گفتوگۆ و تێگەیشـتن نەخشـابێت.

دەرگایـەك هەیـە بـۆ چوونــە نــاو ژیانــی هــەر مرۆڤێکـەوە، کەواتـە تەنهـا ئەوەنـدە بەسـە کـە هاوسـەرەکان بزانــن ئـەو دەرگایـە بکەنـەوە، یـا ئـەو بابەتانـەی کێشـەیان لەسـەریان هەیـە بخەنـە بـەر نەشـتەری گفتوگـۆ و تاوتـوێ و دەردەکـەی چـارە بکــەن.

لـە ڕوویەکـی دیکەشـەوە ئەگـەر کێشـەکە لـە توانـای ئێـوە بـەدەر بـوو، پێویسـتە داوای هـاوکاری لـە کەسـانێك بکـەن کـە بتوانـن هاوکارتـان بـن. هەرگیزاوهەرگیزیـش نابێـت بڵێـن: «ئـەم ڕێگایانەشـمان گرتەبەر، بـەڵام هەر چـارە نەبـوو» و ئیـدی پـاڵ بدەنـەوە، بەڵکـو پێویسـتە کێشـەکان بـەر لـەوەی بگاتـە جیابوونـەوە لێیـان بکۆڵدرێتـەوە و وتوێژیـان لەبـارەوە بکرێـت و چارەسـەریان بـۆ بدۆزرێتـەوە.

٢- لەگـەڵ یەکـدا ڕاسـت و دروسـت و ڕاشـکاو بـن و، بڕیـاری بەپەلـە مـەدەن:

هیـچ خاڵێکـی جێی گومان لە بیـری بەرامبەرەکەتانـدا مەهێڵن و، خەفەتی فێـڵ و تەڵەکـەی دووبارەی لەسـەر هەڵبگرن، هەڵـەی دووبارە یان هاوشـێوە،

نائارامی پەلکێش دەکاتە ناو خێزان، ڕێگەگرتن لەم نائارامییەش بە دووبارەنەکردنەوەی هەڵەکان دەبێت.

٣- لەگەڵ یەکدا بەڕێز بن:

ئەگەر لە کاتی بەڕێ ڕۆیشتندا خۆت کێشا بە بێگانەیەکدا یان هەڵسوکەوتێکی نەشیاوت نواند خێرا دەڵێیت: «داوای لێبوردن دەکەم»، «بە مەبەستم نەبوو»، «ئاگام لێ نەبوو» و، دڵی کەسەکە ڕازی دەکەیت، کەواتە پێویستە سەد هێندە ڕێز بەرامبەر بە هاوسەر و خێزانەکەشت بنوێنیت.

٤- داوای لێبوردن و نەفس بەرزی تێکەڵ مەکەن:

ئەگەر لەبەرامبەر هەڵە بچووکەکانتاندا داوای لێبوردن بکەن و بەرامبەرەکەتان ئاشت بکەنەوە، ئەوا پێش بە ڕوودانی هەڵەی گەورە دەگرن، کەواتە داوای لێبوردن بە گەورەیی بزانن، خۆ ئەگەر لەبەرامبەر هەڵەکانتاندا داوای لێبوردن نەکەن، ئەوا تووشی هەڵەی گەورەتر دەبن. بیرتان نەچێت کە بەرامبەرەکەتان لانی کەم چاوەڕوانی پەشیمانیتانە لەو هەڵانەی کردووتانە بەرامبەری.

٥- لە بارەی خێزانەوە تەوەککولتان هەبێت و، بە قەدەری خۆتان ڕازی بن:

بیربکەنەوە و بڵێن: «ئەگەر لەگەڵ کەسێکی دیکەدا هاوسەرگیریم بکردایە ڕەنگە تووشی کێشەی دیکەش بووبوومایە»، یاخود بڵێن: «ئەگەر لەگەڵ یەکێکی تردا هاوسەرگیریم بکردایە، دڵنیا دەبووم لەوەی لەگەڵ ئەودا خۆشبەخت دەبم؟».

٦- ئەستەمە خۆشەویستی تەنها بە هەست ڕاگیر بێت:

لە هەموو خێزانێکدا کاتێك بەسەر هاوسەرەکاندا دێت کە هەست بە خۆشەویستی ناکەن، لەم کاتەدا دەشێت بڵێن: «وازبێنە تەواو، ئیدی ئەم پەیوەندییە کۆتایی پێهات»، بەڵام ئەگەر هەر لە یەکەم جارەوە دەست لە ماڵ و منداڵ هەڵ بگرن، ئەوا هەرگیز بە خۆشەویستییەکی جێگیر ناگەن.

٧- ئەگەر کێشەکانتان لەسەر بواری داراییتانە:

ئەوا جیابوونەوە ئەم کێشەیەتان چارەسەر ناکات. چارەسەری کێشە ماددییەکان، بەکارهێنانی داهاتە بە شێوەیەکی گونجاو و قەناعەتدارییە پێی، دیارە کە بە باشی و بە دڵسۆزیشەوە کارکردن بەشێکە لە چارەسەرەکە.

٨- یەكتری وەك ئەوەی كە هەن پەسەند بكەن:

چونكـە خـودا هەمـوو كەسـێكی بـە سروشـتێكی جیـاوازەوە بەدیهێنـاوە، كەواتـە هەرگیـز بەرامبەرەكەتان وەك خۆتان هەڵمەسـەنگێنن، چارەسـەر ئەوە نییـە ئـەو بەخۆتـان بچوێنـن، بەڵكـو لـە نێـو خـوو و هەڵسـوكەوتی خۆیـدا بیرازێننەوە.

٩- خۆتان لە دەمەقاڵێی توند بپارێزن:

چونكـە لـە دەمەقاڵێی تونـددا هیچ كەس سـەركەوتوو نابێـت، ئەگەر «من مـن و تـۆ تـۆ» بكەوێتە كارەكـەوە، ئـەو كات كەس گـوێ لە كـەس ناگرێت، كەواتـە دەبێـت هەمیشـە لە ڕوانگـەی (ئێمە)وە لـە ڕووداوەكان بڕوانـن، بزانن كـە دەشـێت بیروڕای بەرامبەرەكەشـتان ڕاسـت بێت.

١٠- كێشەكانی خێزان لە كۆڵ بنێن و، سەبر بگرن لەسەریان:

ئارامگرتـن گەورەتریـن چەكـی مرۆڤـە، كـە بەهۆیـەوە هەمـوو كێشـەیەك لەنـاو دەبـات، ئارامبگـرن و بیربكەنـەوە كە هـەر ڕۆژێك لەڕۆژان لـە یەك تێ دەگـەن و ڕۆژانێكـی ئاسـوودە بەیەكـەوە بەسـەر دەبەن.

١١- دەستتێوەردانە دەرەكییەكان لە ژیانی خێزانیتان بەدوور بگرن:

ئەگەر كێشـەكانی ماڵەوەتان بەهۆی كەسانی سـەرگەورەی بنەماڵەكەتانەوە وروژێـنران، ئـەوا وردەكارییەكانـی باسوخواسـی ماڵەكەتانیـان لـێ بـەدوور بگـرن، بـەڵام پەیوەندیـی نێوانتـان مەپچڕێنـن و لەیەك زویـر مەبن.

بـە كورتـی، خانە بـۆ ئەوە پێك نایـەت كـە بڕوخێندرێت، بەڵكو بـۆ ئەوەیە ژن و مێـرد تێیـدا تەمەنێكـی دووورودرێـژ پێكـەوە بەسـەر بـەرن. بـۆ ئەمـەش پێویسـتە گـوێ بـۆ قسـەكانی دەروونناس (واڵتـەر پرایـس) شـل بكەیـن كـە دەڵێت:

«ئـەو ژن و مێردانـەی لەسـەر ڕێـی جیابوونـەوەن، ئەگـەر ئـەو هەوڵانەی لـە پێنـاو جیابوونـەوەدا دەیخەنـە گـەڕ، لـە پێنـاو سـەلامەت هێشـتنەوە و، پاشـگەزبوونەوە لـەم ئـارەزووەدا بیخەنـە گـەڕ؛ ئـەو كات دەبینـن كـە هێشـتا پەیوەندیـی نێوانیـان پارێـزراوە و، دەكرێـت زینـدوو بكرێتـەوە».

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

"هیچ شتێك هێندەی گرنگی نەدان بە ئافرەت خەفەتباری ناکات، لەو بارەدا یەکسەر هەست بە سووکایەتی دەکات و لەناو خەمدا ڕۆدەچێت".

پرۆفیسۆر و دکتۆر ڕیکتەر

پێغەمبەر (د.خ) دەفەرمووێـت: "لە ژنەکانتان مەدەن" ئەحمەد و ئەبو داوود و نەسائی ڕێوایەتیان کردووە.

"تەنها شتێك کە مرۆڤەکان دەڕووخێنێت، لێدان و ستەمە".

ئیپیکتێتۆس

"ڕووناکی ڕێنیشاندەری کەشتییە و، ئیسلامیش ڕێنیشاندەری ڕێبوارانی ژیانە".

ئیسماعیل حەکیم ئۆغڵو

"ئەگەر دەتانەوێت دوژمنایەتی بکەن، ئەوا فەرموون دوژمنایەتی لەگەڵ دوژمنایەتییەکانی دڵتاندا بکەن و، هەوڵ بدەن لە ڕەگ و ڕیشاڵەوە دەریبکەن".

بەدیعوززەمان

32

هەنگاوی سی و دووەم

شەڕی بوك و خەسوو و ڕێگاکانی چارەسەری

«چارەسەری شەڕی نێوان بوك و خەسوو ئەوەیە کە خەسوو ماڵەکە بۆ بوکەکەی لێگەڕێت و، خۆی تەنها سەرپەرشتیی بکات و، پێشنیاری بۆ بکات».

دکتۆر و یاریدەدەری پڕۆفیسۆر موستەفا ئوچار

قوتابییەکەم بە چاوی پڕ ئەسرینەوە دەیوت:

«مامۆستا، واقم وڕماوە لەوەی چی بکەم! لەلایەکەوە دایکم کە هەموو تەمەنی کردووەتە قوربانی من و، لە لایەکی دیکەشەوە خێزانم کە ژیانی خۆی بە من بەخشیوە، من تیاماوم لە هەردوو لایان.

ناتوانم هەروا دایکم لە ماڵ وەدەرنێم، چونکە ئەوە ئەوپەڕی دڵڕەقی و بێڕێزییە و، نیگەرانم دەکات... ناشتوانم هەروا خێزانەکەم پشتگوێ بخەم. هەرچییەك دەکەم ئاشت نابنەوە، یەکێکیان بڵێت ماست سپییە، ئەوی دیکەیان ئەڵێت ڕەشە! دایکم ژنێکی تەنهایە، ناچارە لەگەڵمان بمێنێتەوە، بەڵام خێزانەکەم زۆر خۆشی لە دایکم نایەت، گەیشتوومەتە حاڵێکەوە کە ناچارم لە نێوانیاندا یەکێك هەڵبژێرم، سێیەم هەڵبژاردەم تەنها ئەوەیە من ماڵەکە چۆڵ بکەم.

مامۆستا، ڕێگایەکم نیشان بدەن، ژیانم لێ تاڵ بووە، چارەسەرێك بۆ ئەم کێشەیە شك ئەبەن؟».

ئەو کێشـەیە کێشـەی تـازە دروسـتبووی ئـەم سـەردەمە نییـە، ڕەنگـە هەر لەگـەڵ بوونـی مرۆڤایەتییـەوە سـەریهەڵدابێت، لـەم سەردەمەشـدا هەمـوو خێزانێـك کـەم تـا زۆر دووچـاری دەبنـەوە.

کێشـەی بـووك و خەسـوو هێنـدە بـاوە، کـە بووەتـە سـەربابەتی ڕۆمان و چیرۆك و هۆنراوە و شـانۆگەری و گاڵتەوگەپەکان، کەواتە ئەمە تەنها کێشـەی چەنـد کەسـێك نییـە، بەڵکو یەخـەی هەمـوو تاکێکی کۆمەڵـی گرتووە.

هەردەم بوك لەدەسـت خەسـوو و، خەسـوو لەدەسـت بـوك دەکڕوزێتەوە، هـەروەك ئـەوەی کـە خۆیـان هیـچ هەڵـە و کەموکورتـی و هەڵسـوکەوتێکی ڕەنجێنەریـان نەبێـت، بـەڵام هـەر کەسـێك بیەوێـت ناوبژیـان بـکات ئـەوا پێویسـتە گـوێ بۆ هەر دوو لایان شـل بـکات، کاتێکیش گوێیـان بۆ دەگرێت کارەکـە ئاڵۆزتـر دەبێـت، دەتوانیـن بڵێیـن هەردوولایان لەسـەر هەقـن و، زۆر جاریـش دەکرێـت بڵێیـن هەردوولایـان ناهەقیانە.

لـە کۆنـدا، بەگشـتی بوك و کـوڕ و نەوە و خەسـوو و خـەزوور هەموویان لـە ماڵێکـدا دەژیـان، کەواتـە ڕەنگە ئەم کێشـەیە هـەر هەبوویێت، بـەڵام دیارە بـە ڕادەی ئێسـتا نەبووە.

ئەگـەر تێنەگەیشـتنێکیش ڕووی بدایـە، هـەردوولا هێنـدە تێگەیشـتوو و بەڕێـز بـوون کـە نەهێڵـن بگاتـە دەرەوەی خێزانەکـە.

هـەم خەسـوو لـە ئامۆژگارییەکانیـدا وریـا دەبـوو و هۆشـیارانە قسـەی دەکـرد، هـەم بوکیـش گوێـی بـۆ ڕادەگـرت و لێیـەوە فێـر دەبـوو.

بـەڵام لەمـڕۆدا خێزانـەکان هێنـدە قەڕەباڵـغ نیـن، نـەك ئـەوەی بـوك و خەسـوو لـە یـەك ماڵـدا ناژیـن، بەڵکـو هەیشـە لەشـارێکی جیـا لەیەکـدا دەژیـن، کەچـی نەگونجـاوی و دەمەقاڵێیـان هـەر مـاوە.

بـا لـە ڕوانگـەی شـەڕی بـوك و خەسـووەوە نارەزایەتییەکانـی بـوك و خەسـوو و پیـاوی مـاڵ یـەك یـەك بخەینـە ڕوو و چارەسەرەکەشـیان بـاس بکەیـن.

خەسووەکان بیریان نەچێت: ڕۆژگارێك ئەوانیش بووك بوون. بووکەکانیش بیریان بێت: کاتێك دێت ئەمانیش دەبنە خەسوو.

د. حەلیمە ئوستون

نارەزایەتییەکان و چارەسەرە پێشنیارکراوەکان

نارەزایەتییەکانی خەسوو:

لە شەڕی بووك و خەسوودا ئەو لایەنەی زۆرترین نارەزایی هەیە خەسووە. دەکرێت هەندێ لە نارەزایەتییەکانی بەمجۆرە باس بکەین:

١- ئەم بووکەمان کاتی دەستگیراندارییی وا نەبوو، بێگومان یەکێك قسەی بۆ دەکات و دەرسی دادەدات.

٢- باش چاودێریی کوڕەکەم ناکات و وریای نابێت، چێشت و نانی جوانی بۆ ناکات و، جلوبەرگی پاك ڕاناگرێت...

٣- زۆر دەگەڕێت، هەر کە وتیشت: «ئا بوکێ وەرە!» یەکسەر پەلوپۆی شکاوە و ناتوانێت.

٤- زۆر زیادە مەسرەف دەکات و، پارەوپولی کوڕەکەم بەهەدەر دەبات.

٥- کوڕەکەم وەك پێشوو نەماوە، پێشتر هیچ لێم جیا نەدەبووەوە، کەچی ئێستا لێم دوور دەکەوێتەوە، ئەمەش بێگومان کاری ئەو بوکە و دایکییەتی.

٦- زۆر ڕوو بە خزمانی ئێمە نادات، هەر خزمەتی خزم و کەسی خۆیان دەکات، خواش دەزانێت چۆن خزمەتی دایکی دەکات.

٧- ئەرزشێکی ئەوتۆ بۆ من دانانێت (حسابم بۆ ناکات)، نە گوێم لێ دەگرێت، نە بەقسەم دەکات، لە کاری ماڵ خاوێنکرنەوە و چێشت لێنانیشدا زۆر جرپن و دەست بەقلّپە.

٨- باش منداڵەکانی بەخێو ناکات، لەبەر دەمی مندا بەسەریاندا هاوار دەکات، نازانێت شەرم و شت چییە!

پێویستە خەسوو چی بکات؟

١- پێویستە ئەو ڕۆژانەی بێتەوە یاد کە خۆشی بە بووکی چووەتە ماڵەخەزوورانی و، بیری بێت کە بوکێنی چەند سەختە و چەندە پێویستی بە لێکتێگەیشتن هەیە، کەواتە پێویست دەکات بزانێت ئێستە چەند بەرامبەر بوکەکەی خۆی بە ویژدان بێت.

٢- نابێت قسەوباسی بوکەکەی بکاتە بنێشتەخۆشەی سەر زمانی، بەڵکو

با لای کەسانی دیکە تەنها ستایشی بکات.

٣- با بوکەکەی ئازاد بکات و، زوو زوو خۆ لە کارەکانییەوە هەڵنەقورتێنێت، بەڵام دەکرێت لە هەندێك شتدا بە ئەزموونەکانی خۆی پێشنیاری بۆ بکات.

٤- با وا نەزانێت کە بوکەکەی بێگانەیەکە و بووەتە بەربەستی نێوان ئەو و کوڕەکەی و، باش بیری بێت کە کچەکەی خۆشی دەبێت بە بوکی خەڵکی.

٥- دەبێت تێبگات کە ئێستا کات و باو و دابونەریت گۆڕاوە و، پێداگریی لەسەر هەندێ دابونەریتی سەردەمی خۆی نەکات.

٦- پێویستە ستایشی کارەکانی بوکەکەی بکات و، دڵی بەدەست بێنێت و، شانازیی پێوە بکات.

٧- دەبێت ڕێگە بە بوکەکە بدات خزم و کەسی خۆی ببینێت و، زووزوو سەردانی دایك و باوکی بکات.

٨- بە واتایەکی تر: دەبێت ببێتە دایکی بوکەکەی، تا وەك خەسوویەك ڕێزی تەواوی لێ بگیردرێت.

نارەزایەتییەکانی بوك:

١- خەسووم وەك بێگانەیەك لەو ماڵەدا لێم دەڕوانێت، هەر لەخۆوە منی بەدڵ نییە، هەرچییەك دەکەم بە هەڵەی دەبینێت.

٢- بۆ تەنها جارێکیش ستایشی کارێکی نەکردووم و دەستخۆشی لێ نەکردووم.

٣- زووزوو لای کوڕەکەی شکاتم لێ دەکات و، نێوانمان سارد دەکاتەوە.

٤- لای کەسانی تر دەبۆڵێنێت و، من ناشیرین دەکات لەبەرچاویان.

٥- وەك دوژمنێك لەگەڵ دایك و باوکم هەڵسوکەوت دەکات و، ناهێڵێت سەردانیان بکەم.

٦- هەر کەلوپەلێك یان جلوبەرگێك بکرم پێم ڕەوا نابینێت، یا عەیبێکیان لێ دەدۆزێتەوە، یان دەڵێت گرانم کڕیون.

٧- لەسەر کوڕەکەی غیرەم لێ دەکات، وادەزانێت من دوژمنێکم و کوڕەکەیم لێ سەندووە.

٨- زۆر کەیفی بەوە دێت کوڕەکەی لێم تووڕە ببێت و ئازارم بدات.

٩- ناهێڵێت لەگەڵ هاوڕێکانم ساتێك ئاسوودە دابنیشم، هەر حەز بە هاتنیشیان بۆ لام ناکات.

دەبێت بوك چی بکات؟

١- پێویستە بزانێت کە کەسە بەتەمەنەکان کەم تەحەمول و، ڕاشکاو و ڕەخنەگرن.

٢- دەبێت تێبگات ڕۆژێك بۆ خۆشی دەبێتە خەسوو و، لەبیری بێت کە (هەرچییەك بچێنێت هەر ئەوە دەدووریتەوە).

٣- دەبێت بزانێت خەسووی، دایکی هاوسەرەکەیەتی و، ئەگەر ئەو ڕازی بکات واتە هاوسەرەکەی ڕازی کردووە.

٤- پێویستە بزانێت بەشێکی کێشەکانیان بە هۆی جیاوازیی تەمەنیانەوەیە و، لێبووردە بێت بەرامبەر ئەو شتانە.

٥- پێویستە هەموو قسەیەکی خەسوو لە دڵ نەگرێت و، وەڵامی نەداتەوە و بەڕوویدا هەڵنەشاخێتەوە، چونکە بەتەمەنەکان لە پڕێکدا تووڕە دەبن، بەڵام زوو بیریان دەچێتەوە.

٦- پێویستە قسەی خۆش لەگەڵ خەسووی بکات و، دیاریی پێشکەش بکات و، بە وتەی وەك: «گەر تۆ نەبوویتایە حاڵی من چۆن دەبوو؟» دڵی ڕازی بکات.

٧- پێویستە زوو زوو دەستی ماچ بکات و، پێی بڵێت: «تۆ لەگەڵ دایکمدا هیچ جیاوازییەکت نییە».

دەبێت پیاو چی بکات؟

ئەو پیاوانەی لە نێوان کێشمەکێشی بوك و خەسوودا گیریان خواردووە، پێویستە زۆر بە وریاییەوە هەڵسوکەوت بکەن و، شێوازێکی ژیرانە پیادە بکەن، دەکرێت ئەم ڕێگایانە بەم شێوەیە بن:

١- نابێت قسەی ژنەکەی لای دایکی بگێڕێتەوە و، قسەی دایکیشی لای ژنەکەی باس بکات.

٢- دەبێت هەمیشە ڕۆڵی هێورکەرەوەی بارودۆخەکە بگێڕێت.

٣- پێویستە بە دایکی بڵێت: «تۆ دایکی منیت، هیچ بوکێك ڕێزی تۆم لا کەم ناکاتەوە، بەڵام ئەو هێشتا کەم ئەزموونە، ئەگەر تۆ یارمەتی بدەیت باشتر دەبێت» و، بە خێزانەکەشی بڵێت: «چی دەبێت با ببێت، هیچ خۆشەویستیم بۆ تۆ کەم ناکات، بەڵام خۆت دەزانی کە دایکم چووەتە تەمەنەوە، لەبەر ئەوە پێویستە بە تێگەیشتنەوە لەگەڵی بجوڵێیتەوە»، تا هەڵسوکەوتەکانیان بەرامبەر بە یەکتری ژیرانەتر ببێت.

٤- پێویستە هەوڵ بدات بوك و خەسوو زووزوو لە دەوری یەك سفرە کۆبکاتەوە و، بەیەکەوە باسێکی خۆش بکەنەوە، تا کاتێکی خۆش و ئارام لەگەڵ یەك بەسەر بەرن.

٥- پێویستە ڕێزی دایك و باوکی ژنەکەی بگرێت و، چاوەڕوانی هەمان هەڵوێستیش بێت لە ژنەکەی.

٦- ئەگەر توانایان هەبوو، باشتر وایەماڵیان جیا بێت و، لەگەڵ ماڵی باوکیدا نەژین، بەڵام نابێت پەیوەندییان لەگەڵ کەسەکانیاندا بپچڕێنن و ڕێزی دایك و باوکیشیان هیچ کاڵ ببێتەوە.

٧- پێویستە زوو زوو ژنەکەی بباتە دەرەوە، تا لە فشاری ماڵەوە دوور بکەوێتەوە.

٨- دەبێت هەمیشە ئامۆژگاریی خێزانەکەی بکات بە ئارامگرتن.

چەند پێشنیارێك لە حاجی (مەحمود ئەڵلاوەردی)ەوە:

گوێم لە وانەیەکی زۆر سەرنجڕاکێشی دەروونناس حاجی (مەحمودی ئەڵلاوەردی) بوو دەربارەی کێشەکانی نێوان بوك و خەسوو، تیایدا دەیوت:

١- خەسوو دەیەوێت بوك و ماڵی کوڕەکەی هی خۆی بێت، هەمیشە چاوەڕێی ئەوەیە چی وت سێ و دووی تێدا نەکرێت، دەی بوکیش بەمە ڕازی نابێت، ئیدی ئەوکات قیامەت هەڵ دەستێت، جا لەبەر ئەوەی کوڕەکە ناتوانێت دەستبەرداری دایکی بێت، زۆر کات بوکەکە چەرمەسەرییەکان دەنۆشێت.

٢- بە پێی توانا ئەگەر کرا لە پێنج ساڵی سەرەتای ژیانی هاوبەشدا لە

شـارێكی دوور لە خزم و كەسـدا ژیان بەسـەر بەرن، باشـترین كارە.

بـەڵام هـەر ڕێـز و هاوكاریی خۆتـان بەرامبەر بـە دایك و باوك و خەسـوو و خەزوورتـان نیشـان بدەن، لـەم ماوەی پێنج سـاڵەدا لەبەر ئـەوەی بەتەواوی لەگـەڵ یەكـدان، هەردووكتـان لەگـەڵ یـەك ڕادێن، ئیـدی ئەگەر لـەوەودوا لە نزیـك یەكیشـەوە نەبن كێشـەی كەم دێتـە ڕێتان.

٣- ئەگـەر هـەر ناچـار بـوون لـە هەمان شـاری ماڵـە بـاوك و خەزووراندا بژیـن، ئـەوا هیـچ نەبێـت لەیـەك گەڕەكـدا مەبـن، ئەگـەر ئەمجـارەش هـەر چارتـان ناچاربـوو ئـەوا بـا لەیـەك كۆڵانـدا نەبن، بـا ئاگاتـان لـە هاتووچۆی یەكـتری نەبێـت، هەرگیزیـش بیـر لـە چوونـە سـەر مـاڵ مەكەنەوە.

٤- دەبێـت بوكەكانیـش كارزان بـن، بوكـی زیـرەك دەتوانێـت خەسـووی بكاتـە دایكـی خـۆی، دەڵێـن چـۆن؟ بـا بێـت بیروتێڕوانینەكانـی خەسـووی بخوێنێتـەوە و دڵـی ڕابگرێـت و، هەنـدێ كاریـش هـەر لەدەسـتی ئـەودا بهێڵێتـەوە، ئەوجـا تەماشـاكەن چـۆن دڵـی خەسـووەكەی بەدەسـت دێنێـت.

٥- با بەردەوام بە خەسووی بڵێت: «بە دەستی ئێوەیە.. ئێوە دەزانن.. هەرچی ئێوە بڵێن.. ئەگەر ئێوە نەبوونایە من چیم بكردایە؟» ئیدی هەموو شتێك چارە دەبێت، جارجارەش ئەگەر بچێت بۆ لای و پێی بڵێت: «دایە گیان، كوڕەكەتان هەر لێم توورە ئەبێت، ئەڵێت تۆ باش خزمەتی دایك و باوكم ناكەیت، ئەگەر هەر كەموكوڕییەكم هەیە پێم بڵێن، تا ئەویشتان بۆ بكەم»، ئیتر خەسووی دەبێتە ماستی مەییو و، هیچ قسەیەكی ناخۆش بە بوكەكەی ناڵێت.

٦- پێویسـتە بـوك دیـاری پێشكەشـی خەسـوو و خـەزووری بـكات و، زوو زوو بـە مێردەكـەی بڵێـت: «بۆچـی فڵانـە كاریـان بـۆ ناكەیت، پێویسـتە ئـارام و ئاسـوودە بژیـن»، ئـەوكات ئـەو بوكە دەبێتە تاجی سـەری خەسـوو و خـەزووری.

٧- خەسـووش پێویسـتە بوكەكـەی دڵخـۆش بـكات و پێـی بڵێـت: «وەكـو كچـی خۆمیـت» یـا لای خەڵكـی تاریفـی بـكات و بڵێـت: «لـە هەر پەنجەیەكـی هونەرێـك ئەبارێـت، هـەر ئەڵێیت پەنجا سـاڵ ئەزموونـی ژیانی هەیـە، تەنانـەت مـن بەم تەمەنەشـمەوە شـت لـە بوكەكەمـەوە فێردەبـم، هیچ نامرەنجێنێـت، وەك دایكـی خـۆی تەماشـام ئـەكات...» ئـەو كات بزانـن

بوكەكـەش چی لێ بەسـەر دێت، بزانن هیچ قسـەی خەسـووی دەشـكێنێت.

٨- كوڕەكـەش دەبێـت وریـا بێـت و، بچێـت سوپاسـی ژنەكـەی بـكات لەسـەر هاوكاریكردنـی دایـك و باوكـی و پێـی بڵێـت: «دایـك و باوكـم زۆر لێـت ڕازیـن» و بـە دایـك و باوكیشـی بڵێـت: «بوكەكەتـان ئێـوەی زۆر خۆشـدەوێت و، لێتـان ڕازییـە»، ئیـدی ئـەو نابێـت لایەنـی هیـچ كامێكیـان بگرێـت و ئـەوی دیكەیـان فەرامـۆش بـكات، بەڵكـو پێویسـتە هەمیشـە هاوسـەنگیی نێوانیـان بپارێزێـت.

٩- دەبێت پیاوەكە بۆ ئەوەی دڵی خێزانەكەی بەدەستبهێنێت و نیشانی بدات كە گرنگیی پێ دەدات، زووزوو بچێتە سەردانی خەسوو و خەزووری و، ڕێزی زۆریان لێ بگرێت، بەڵام نابێت بە دایكی بڵێت كەوا زوو زوو دەچێتە ئەوێ، چونكە ڕەنگە ئەمە ببێتە هۆی غیرە كردنی دایكی.

١٠- ئـەو خزمانـەی دەیانەوێـت هاوكاریی تازە بوك و زاوا بكەن، پێویسـتە زۆر وریـا بـن، چونكـە هەندێ كـەس هەیە بـە نییەتێكی پاكەوە قسـە دەكات، بـەڵام ژن و مێـرد لەیەك دەڕەنجێنێت، بۆیە وا باشـترە لە پێنج سـاڵی سـەرەتای هاوسـەرداریياندا خزم و كـەس زۆر خۆ لە كارەكانیانـەوە هەڵنەقورتێنن.

گرفتەكانی ژیانی بووك لە ماڵەخەزوورانیدا:

ژیان لە یەك ماڵدا، ناڕەزایەتییەكان زیاتر دەكات، سەرەكیترین كێشەكانیش ئەمانەن:

١- ئەگەر ماڵ قەرەباڵغ بوو، ئەوا لە هەموو لایەكەوە دەنگەدەنگ دێت و، بیروبۆچوونی زۆر كۆدەبنەوە و، دەستەڵاتیش ون دەبێت، فەرمانكەرەكان زۆر دەبن و، لێكتێنەگەیشتنیش زیاد دەكات.

٢- بوكەكـە نابێتـە خاوەنـی ماڵەكـە و، لەبەر ئـەوەی لە شـوێن و كەلوپەلە تایبەتییەكانیـدا لەگـەڵ كەسـانی دیكەدا هاوبەشـە ئاسـوودە نابێت.

٣- هاوسـەرە لاوەكان، ناتوانـن بـە ئاسـوودەیی ژیانـی تایبەتـی خۆیـان بەرنەسـەر، ئەمـەش دەمەبۆڵـێ و شـەڕ دەسـازێنێت.

٤- پێدەچێـت ژیانـە نوێیەكـەی تازەهاوسـەرە، كەسـانی دیكـەی خێزانەكە بێـزار بكات.

٥- بچووکی و بەرتەسکیی ماڵەکەش بۆخۆی گرفتێکە، ڕەنگە بەکارهێنانی یەك گەرماو و یەك تەوالێت نارەزایی لێ بکەوێتەوە.

٦- لەبەر ئەوەی تازە هاوسەرەکان بە بەردەوامی فەرمان لە گەورەکان وەردەگرن، هەست بە خێزانی تایبەتی خۆیان و سەربەستییان ناکەن و، ناتوانن بە ئاسوودەیی بێن و بچن.

٧- دەشێت خەرجی و مەسرەفیش کێشە بنێتەوە.

لایەنە باشەکانی لەگەڵ ماڵەخەزووراندا ژیان:

ئەم پێکەوەژیانە تەنها کێشە و دەردی سەری نییە، چەندین سەدەش لە وڵاتانی لای خۆماندا خەڵکی هەر بەم شێوەیە ژیاون و، کێشەشیان نەبووە و، تەنانەت جیابوونەوەش هێندە کەم بووە کە دەشێت بڵێین هەر نەبووە.

ئەگەر شێوازە دروستەکانی ئەم پێکەوەژیانە بزانن و پێی بگەن، ئەوا سوودەکانی یەکجار زۆرن، دەکرێت هەندێك لە شێوازەکان بەمجۆرە بخەینە ڕوو:

١- پێویستە ئەو ماڵەی کە تێیدا دەژین گەورە بێت.

٢- دەبێت بوك و خەسوو پشتیوانی یەك بن.

٣- پێویستە لە ژیانی کۆمەڵایەتیدا پاڵپشت و هاوکاری یەك بن.

٤- پێویستە لە بەڕێوەبردنی کارەکانی ماڵ و بەخێوکردنی منداڵدا گەورەکان هاوکار بن و ئامۆژگاری ئەوانی دیکەش بکەن.

٥- پێویستە بڕواتان بەوە هەبێت کە خزمەتکردنی بەتەمەنەکان پەرستشە و، بەڵاتان لەسەر لادەبات.

٦- پێویستە بزانن کە ماڵی ئاسوودەی بەتەمەنەکان، ماڵی ئێوە و لای ئێوەیە.

٧- بیریشتان نەچێت ڕۆژێك دێت ئێوەش پیر دەبن.

چارەسەرە پێشنیارکراوەکان بۆ چارەکردنی شەڕی بوك و خەسوو

گونجانی بوك و خەسوو پەیوەستە بە لێکتێگەیشتنیانەوە، بەڵام تێگەیشتوویی زیاتر لە خەسوو چاوەڕێ دەکرێت، چونکە ئەو ئەزموونێکی چەند ساڵەی

هەیە، بەڵام بوکەکەی تازە وا بە ژیان ئاشنا دەبێت. ڕەنگە خەسوو خۆشی لە کاتی خۆیدا هەمان هەڵەی بوکەکەی کردبێت، ئیدی بە لەبەرچاوگرتنی ئەم شتانە پێویستە هەڵە سادە و بچووکەکانی بوکەکەی نەکاتە کێشە.

گەنجەکان هەرچەندە زانست و زانیارییان پێبێت بەڵام لەبەر کەمئەزموونییان هەر پێنەگەیشتوون، لەبەر ئەمە پێویستە بۆ گونجانی بوك و خەسوو پێکەوە، بوك بیربکاتەوە و بڵێت: «خەسووشم هەروەك دایکم وایە، چۆن ئەو لێم توورە دەبوو و دڵی دەشکاندم و دواتریش دەمبەخشی، دەبێت بەهەمان شێوەش خەسووم ببەخشم».

خەسووش بەهەمان شێوە دەبێت بڵێت: «بوکەکەم وەك کچم وایە، چۆن خۆم دەگونجاند لەگەڵ هەڵەکانی کچەکەمدا، پێویستە بەوجۆرەش لەسەر هەڵەکانی بوکەکەم ڕابێم».

نابێت خەسوو لای کوڕەکەی شکات لە بوکەکەی بکات و، خۆی لە قسەوباسیانەوە وەر بدات، چونکە ئەوەی بۆ خەسوو گرنگە ئەوەیە بوکەکەی لەگەڵ کوڕەکەیدا بگونجێت، جا ئەگەر ئەوان بەوجۆرە ئاسوودە بن، پێویستە کەموکوڕییەکانی بوکەکەی لەبەر چاو نەگرێت.

لەبەرامبەر ئەمەشدا، نابێت بوکەکە سوودی خراپ لەم هەڵسوکەوتەی خەسووی ببینێت، بەڵکو دەبێت هەردەم ڕێزی بۆ دابنێت و، هەر نەبێت لەبەر خاتری هاوسەرەکەی لەگەڵ خەسوویدا خۆی بگونجێنێت، هەرچۆنێك بێت ڕۆژێك بۆخۆشی دەبێتە خەسوو و دەبێت بڵێت: «من ئێستا چۆن هەڵسوکەوت لەگەڵ خەسوومدا بکەم، سبەینێ بوکەکەشم لەگەڵ مندا هەروا دەبێت».

لە بنەڕەتدا زۆرینەی کێشەکانی نێوان بوك و خەسوو بەهۆی (ئیرەیی) یەوەیە، واتە دایك نایەوێت هیچ ئافرەتێکی دیکە لە خۆشەویستیی کوڕەکەیدا پشکدار بێت و، بوکەکەش بەهەمان شێوەیە بەرامبەر هاوسەرەکەی، ئەمەش لەکاتێکدا کە نە دایك دەتوانێت لە شوێنی هاوسەر بێت و بەشە خۆشەویستی ئەویش بەدەست بهێنێت، نە ژنەکەش دەتوانێت لە شوێنی دایك بێت و بەشە خۆشەویستی ئەویش چنگ بخات.

پێویستە بوك و خەسوو سوود و داواکانی خۆیان وەلا بنێن و بیرێك لەو

کـوڕە بکەنـەوە کـە لـە نێوانیانـدایـە، چونکە ئـەو کەسـەی زۆرتریـن ناڕەحەتی بەردەکەوێـت لـە شـەڕی نێـوان ئـەم دووانـە، پیاوەکەیـە کـە لـەو نێوانەدایە.. بۆیـە نابێـت هەرگیز خەسـوو بڵێت: «مـاڵ ماڵی کوڕی خۆمـە، چۆنم بووێت بەوجـۆرە بەڕێـوەی ئەبـەم، بوکیـش بەردەسـتە، ئەگـەر منی بـەدڵ نییـە دەرگا لەسـەر پشـتە»، بوکەکـەش نابێت بڵێـت: «ئەمە ماڵی مێردی خۆمە، خەسـووم بـا خۆی کۆبکاتـەوە و لێـرە بڕوات»!

مـادەم هەردووکیـان لەیـەك ماڵـدا دەژین، پێویسـتە ئەگـەر کەمێکیش بێت لێبووردەیـان هەبێت.

ئەرکـی سـەر شـانی پیاوەکـەش ئەوەیـە لایەنگیریی هیـچ کامیـان نەکات و، نابێـت پشـتگیریی لایەنێکیـان بـکات و ئـەوی دیکەیان ناڕەحـەت بکات، دەبێـت خـۆی بـە دوور بگرێـت لـەوەی ناڕەزایەتـی لایـەك کاری تێبـکات و بەسـەر لایەنەکـەی دیکـەدا بتەقێتـەوە، بگـرە هـەر نابێـت بوارێك بۆ شـکات کردنیـان بهێڵێتـەوە و، ئەم هەڵسـوکەوتەیان لـێ قەدەغە بـکات، چونکە دواتر ئەمـە دەبێتـە خـوو، ئەگـەر لایەنێـك ببینێـت کـە شـکایەتەکانی لەبەرچـاو دەگیرێـن و لایەنـی بەرامبـەری پـێ ناڕەحـەت دەبێت، ئـەوا دەکرێـت بیکاتە چەکی دەسـتی لـە دژی ئەو، بـەڵام ئەگـەر هەردووکیان ببینن شـکایەتەکانیان بـەدەم ئـاوەوە دەدرێـن، جارێـك دوو جـار دووپاتـی دەکەنـەوە، بـەڵام لـە کۆتاییـدا هـەر دەسـتی لێهەڵدەگرن.

ئەگـەر کێشـەی نێـوان بوك و خەسـوو درێژخایـەن بێت، ئەوا چارەسـەری زۆر قـورس دەبێـت. ئەگـەر خەسـووەکە منداڵـی دیکـەی نەبـوو و هاوسەرەکەشـی کۆچی دوایی کردبوو، ئەوا زۆر پێویسـتە بـە دوای ڕێگەکانی پێکـەوە ژیانـدا بگەڕێـن، چونکە کاتێك ئـەم ڕێگـەی بۆڵەبـۆڵ و کڕوزانەوەیە دەگرنەبـەر، ئـەوا ئەرکێکـی زۆر دەکەوێتـە سـەر شـانی پیاوەکـە، کـە دەبێـت قسـە لەگـەڵ هەردووکیاندا بکات و، پێیـان بڵێت کە هەڵسـوکەوتە هەڵەکانیان ناڕەحەتـی دەکـەن، گرنگتریـن خاڵیـش کـە پێویسـتە ڕەچـاوی بـکات ئەوەیە نەهێڵێـت بزانـن کـە کامیانـی لە کامیـان خۆشـتردەوێت.

ئەگـەر خەسـوو منداڵـی دیکەی هەبوو، ئـەوا با لای ئەو بوکـەی بمێنێتەوە کـە لەگەڵـی دەگونجێـت، ئەگـەر هیـچ کام لـە بوکەکانـی نەیاندەویسـت

بەبەردەوامـی لەلایـان بمێنێتـەوە، ئـەوا بـا بە نـۆرە و بـە هاوبەشـی چاودێریی بکـەن، خـۆ ئەگـەر خەسـوو هاوسـەرەکەی لـە ژیانـدا بـوو، ئـەوا باشـترە منداڵـەکان ژیانـی سـەربەخۆیان بـۆ دابیـن بکـەن.

دیـارە ڕۆڵـی کۆمەڵگـەش لەم جـۆرە کێشـانەدا زۆرە، دەشـێت کەسـانێك هەبـن لـە دەرەوەی خێـزان بـوك و خەسـوو دژ بەیـەك هـان بـدەن و، ڕەنگـە هەبێـت حـەز بـە شـەڕ و ئـاژاوەی نێوانیـان بـکات! ئەوانـەی دەیانەوێـت تینـی ئـەو ئاگـرە خۆشـتر بکـەن، تـۆوی دووڕوویـی لـە نێوانیانـدا دەچێنـن، لـەم کاتـەدا پێویسـتە نـە بـوك و نـە خەسـوو و نـە پیاوەکـەش فریوی قسـەی دەوروبـەر بخـۆن. چونکە هەنـدێ جار دش و شـووبراکان، لایەنی خەسـوو دەگـرن و پیاوەکـەش پەلکێش دەکەنـە لای خۆیـان و هێـرش دەکەنـە سـەر بوکەکـە، بوکەکـەش کـە بەتەنهـا دەمێنێتـەوە ناچـارە بەرەنگاریان ببێتـەوە، جا ئەگـەر ببینێـت هاوسەرەکەشـی لەگـەڵ ئەوانـە ئـەوا بەتەواوەتـی دژایەتیـان دەکات، لەبەرئـەوە خـزم و کـەس و، بەتایبەتیـش ئەم کەسـە نزیکانە پێویسـتە بـە شـێوەیەکی ئەرێنی هەڵسـوکەوت بکـەن، چونکە یەکگرتنی ئـەوان لە دژی بوکەکـە، بێـزاری دەکات و نێوانـی لەگـەڵ هاوسـەرەکەیدا دەشـێوێنێت و، بە ئایینـی خواییـش ئەمە سـتەمە.

لە هەمان کاتدا تێکدانی نێوانی ژن و مێرد و نەهێشتنی خۆشەویستیی نێوانیان تاوانە، چونکە دەشێت ئەمە بە تێپەڕبوونی کات بەرەو جیابوونەوەیان بەرێت.

یەکێـك لـە هۆکارەکانـی جیابوونـەوە لـەم ڕۆژگارەمانـدا شـەڕی بـوك و خەسـووە، یـان بەهـۆی ئەوەوەیە کە خزمـان بوکەکەیـان بەدڵ نییـە، ئەمجۆرە ڕەفتارانـەش لـە هیـچ مرۆڤێك ناوەشـێتەوە.

کاریگەرتریـن هـۆکاری شـەڕی بـوك و خەسـووش ئەوەیە هیـچ لایەکیان ڕەچـاوی مـاف و هەقـی یەکـتری نەکـەن، ئـەو کەسـانەی بڕوایـان وایـە کـە لەسـەر هـەر کردەوەیەکیـان لـە بـارەگای پـەروەردگاردا لێپرسـینەوەیان لەگەڵ دەکرێـت، ئـەوا بوێـری ناکـەن کـەس بڕەنجێنـن و مافـی کـەس بخـۆن، هیچ هێزێکیـش جگـە لەمـە بوونـی نییـە کـە بتوانێـت مرۆڤـەکان لـە سـنوورێکدا بوەسـتێنێت.

33

هەنگاوی سی و سێیەم

بۆ سەرکەوتن بەسەر کێشە داراییەکاندا پلانی ستراتیجی دابڕێژن

«گرنگ نییە ببیت بە ئابووریناسێکی باش و پارەیەکی زۆر پەیدا بکەیت، گرنگ ئەوەیە بزانیت چۆنی خەرج دەکەیت».

پرۆفیسۆر و دکتۆر نەوزاد یالگنتاش

هاوەڵێکی زۆر لە مێژم، زۆر پێداگیری دەکرد تا بۆ نانی ئێوارە میوانیان بم. لە ڤێلاکەیدا، کە بەسەر بەرزاییەکەوە بوو و بەسەر ئەستەنبوڵدا دەیڕوانی و ڕووەو ڕۆژئاوا بوو، لە کەیف و سەفایەکی خۆشدا دەژیان.



زۆر پێم خۆشبوو ئەم دۆستەم کە هاوەڵی منداڵیم بوو، بەم ئاستە گەیشتووە، بەڵام شتێك منی زۆر دەترساند: زۆر باش قازانجی دەکرد و، ڕێگەکانی قازانجکردنی باش دەزانی، بەڵام سوپاسگوزار نەبوو، بە هیچ پارەیەك تێری نەدەخوارد و، نەیدەزانی چۆن پارەکانی خەرج بکات، دەکرا هەر کاتێك دەرگای ئەم ڕزقەی لەسەر

دابخرێت، بەڵام ئەو وا هەڵسوکەوتی دەکرد، کە هەر ڕۆژێك لەوی پێشووی باشتر دەبێت، ئیدی کارەساتیش هەر لەوێدا بوو.

تا ئەو کاتەی منیان بەڕێکرد، پرۆژەکانی خۆی یەك یەك بۆ خستەمەڕوو، کە خەرجییەکی زۆریان دەویست، بەڵام لە چاو قازانجەکەیاندا خەرجییەکان شتێکی ئەوتۆ نەبوون.

سوپاسم کردن و بە جێم هێشتن. پاش تێپەڕبوونی ماوەیەك هەواڵێکی زۆر ناخۆشم لەم هاوەڵەمەوە پێگەیشت.

کارەکانی بەرەو خراپ بوون چووبوون و، لە ماوەی دوو ساڵدا هاتبووە سەر ساجی عەلی، لە (ئوسکودار) ماڵێکی بچووکی بەکرێ گرتبوو و، بەقاڵیی دەکرد، دووکانەکەشی هەر کرێ بوو.

دوایین جاریش کە بینیم، وتی خێزانەکەی دەستی دوو منداڵەکەی گرتووە و ڕۆیشتووەتەوە ماڵی باوکی، بۆخۆشی لە تەنهاییەکی بێ چارەدا و، لە ڕەوڕەوەی بێبەزەیی ئەستەنبوڵدا مات و سەرسام دەژیا.

وەك ئەوەی بیەوێت ئامۆژگاریم بکات، بە حەسرەتەوە وتی:

«زۆرم قازانج کرد، بەڵام نرخیم نەزانی، چونکە زۆر دەستبڵاو بووم، ئێستاش ژیانی بێبەزەیی شەنوکەوم پێ دەکات!».

بەڵێ ژیانی سەخت بە ڕاست و چەپدا دەیبرد، بەڵام زۆر بەرگەی ئەم شەن و کەوەی نەگرت و، لە تەمەنێکی کەمدا وەفاتی کرد و، ڕۆیشت!

گرنگیی پارە لە ژیانی خێزاندا شتێکی سروشتییە، بەڵام ئەو لایەنەی کە نابێت پشتگوێ بخرێت ئەوەیە: پارە تەنها وەك ئامرازێك بۆ بەختەوەریی خێزان بەکاربهێندرێت.

لەمڕۆدا پارە پەیداکردن و قازانج کردن سەرکەوتنێکی گرنگە، بەڵام لەوە گرنگتر ئەوەیە بە شێوەیەکی گونجاو و لە شوێنی خۆیدا خەرج بکرێتەوە.

بە واتایەکی دیکە پەیداکردنی پارە کێشەیەکی ئەوتۆ نییە، بەڵام خەرجنەکردنی بە پێی پێویست و بەدروستی کێشەیە.

حەزی کەشخەیی کردن و خووی پارە بەفیڕۆدان زۆر زوو لە خێزاندا سەری پارە دەخوات و، دەرگا بە ڕووی کێشەکاندا دەکاتەوە.

دەبێت هەموو خێزانێك پلانی خۆیان هەبێت بۆ پارە خەرجكردن و، هەندێك بڕیار دابڕێژن و هەموو ئەندامانی خێزانەكەش پەیڕەوی ئەو بڕیارانە بكەن.

خێزانەكان چۆن پارە خەرج بكەن لە ژیانی ڕۆژانەیاندا؟ بە واتایەكی دیكە ڕێگاكانی بەدروستی پارە خەرجكردن كامانەن؟

١- پێویستە خێزانەكان خۆیان لەگەڵ بڕی مووچەی مانگانە بگونجێنن و، هاوسەنگیی داهات و خەرجی لەبەرچاو بگرن و، نابێت شتی زۆر بە قەرز بكڕن.

٢- ئەگەر خانوویان نەبوو، با خانوویەك بكڕن، ئەگەریش نەیانتوانی با خانوویەك بە ئەندازەی مووچەی خۆیان بەكرێ بگرن، نەڵێن: «ئەم خانووە زۆر سادەیە و، خەڵك چیمان پێ دەڵێن!» و خانوویەك بە كرێیەكی زۆر بگرن، چونكە ئەوە گرنگ نییە خەڵكی چی دەڵێت، ئەوە گرنگە توانای ئێوە چی دەڵێت.

٣- پێویستە لە ئیسراف بە دوور بن و، خەرجییەكانتان بە بەرنامە بن، چونكە دەست پێوەگرتن چەمكێكی ژیانە و گەورەترین قازانجیشە. ئەو كەسانەی ئەمەیان كردووە بە خوو، بەسەر گەورەترین خەزێنەدا كەوتوون.

باشترین شێوازی كڕین ئەوەیە بە پارەیەكی كەم زۆرترین پێداویستی دابین بكەن، نەك بۆ كەمێك شت پارەیەكی زۆر بەهەدەر بدەن، دەبێت هەموو تاكێكی خێزان ئەم تێگەیشتنەی هەبێت.

٤- هەندێك كەس چەند بەهرەیەكیان هەیە و، دەتوانن چەندین كار بكەن. ئەوانەی كە كێشەی داراییان هەیە پێویستە ئەم ڕێگەیەش تاقی بكەنەوە، چونكە هەندێ جار داهاتێكی كەم پێویستییەكی زۆرت لەكۆڵ دەكاتەوە.

٥- ئەو كەسەی گرفتی دارایی هەیە، پێویستە لەگەڵ دەوروبەرەكەیدا ڕاوێژ بكات و، بیروڕای كەسانی شارەزا



وەربگرێت، بەمجۆرە زۆر ڕێگا دەدۆزێتەوە کە بە بیری خۆیدا نەهاتوون.

٦- هەموو شارێك بە پێی داهاتی خەڵکەکەی بازاڕی هەیە، نابێت بڵێین: «فەرقی چیە لە کوێ شت بکڕم؟»، تەنانەت لەبەر جیاوازییەکی کەمیش پێویستە بچنە شوێنە هەرزانەکان بۆ شت کڕین و، شوێنی گونجاو بۆ کڕین و فرۆشتن بدۆزنەوە.

٧- پێویستە خۆتان لە کڕینی جلوبەرگی کەشخە و زۆر و بۆر بە دوور بگرن، بەتایبەتی ئەگەر پێویستتان نەبوو، ئەوەندە بکڕن کە پێویستتانە و بەشتان دەکات، چونکە کڕینی جلێکی نوێ بۆ هەر هەفتەیەك واتە بەفیڕۆدانی پارەیەکی باش لە مووچە.

٨- ئەگەر بە وریاییەوە چاودێریی بەکارهێنانی ئاو و کارەبا و تەلەفۆن و ئەم پێداویستییانە بکرێت، ئەوا مەسرەفی ئەوانیش تا ڕادەیەکی باش دادەبەزێت.

٩- خەرجیی گەشت و گەڕان و دەعوەتی زۆر و، سەیرانی گران و، پیاسە بە دەریا و شاخدا بەشێکی زۆری داهات بە بادا دەدات، ئەگەر ئەم خەرجییانە بە شێوەیەکی وریایانەتر ئەنجام بدرێن دەکرێت ئەم پێویستیانە بە تێچوونێکی زۆر کەمترەوە بەڕێ بکرێن.

زۆر کەسم ناسیوە کە کێشەی دارایی زۆری هەبووە و، کێشەکانی تەنگیان پێ هەڵچنیوە، لە نێوان ئەمانیشدا خێزانم دیوە کە هەموو تاکەکانی پاڵپشتیی یەکتریان کردووە و، بە فیداکارییەکی زۆرەوە بەسەر ئەو کێشەیەدا زاڵ بوون.

ئەم کەسانە بە دەستپێوەگرتن بەرەکەتیان پێ بەخشرا و، بە ئارامگرتن سامانیان دەست کەوت و، لەبەرئەوەی بە کەم قەناعەتیان کرد لە کۆتاییدا بە زۆریش گەیشتن. لە پارە و کەشخەییدا بە شوێن بەختەوەرییەوە نەبوون، ئەگەر بە شوێنییەوە بوونایە لەگەڵ لەدەستدانیدا هەموو بەختەوەرییەکیان لەناو دەچوو.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

"پێویستە بەخێوکاری خێزان سەر لە کاروباری ئابوریی ماڵەکەی دەربکات و، خەرجییەکانی بە وریاییەکی زۆرەوە ڕێك بخات، ئەگەر نا تێکچوونی باری ئابووریی خێزان کۆتاییەکی ترسناکی هەیە".

پرۆفیسۆر و دکتۆر موستەفا ئەرکاڵ

"هەر کەسێك دەست بە پارەوە بگرێت بەرەکەتی بەسەردا دەڕژێت و، کێشەی گوزەرانی نابێت".

بەدیعوززەمان

"نە دەستبڵاوی و ئیسراف کردن باشە، نە دەست نووقاوی و ڕەزیلیش.. باشترین شت ئەوەیە پارە بە پێی پێویست خەرج بکرێت".

پرۆفیسۆر و دکتۆر سولەیمان ئایدن

"هیچ پارەیەك بەشی ژیانی کەشخەیی ناکات، ئەم خووە هەم خێزان و هەم کەسەکەش شەرمەزار دەکات".

محمد زاهید کۆتکو



34

هەنگاوی سی و چوارەم

زیاد لەیەك جار ژن هێنان لە چ کاتێکدا پەسەندە؟

«قورئانی پیرۆز ژنهێنانی -کە هەندێك جار تا چل ژن دەگەیشت- بۆ چوار دانە کەم کردەوە، نەوەك لە یەك دانەوە کردبێتی بە چوار. هێنانی چوار ژنیشی بە کۆمەڵێك مەرجی قورسەوە بەستووەتەوە و، وەك ئامۆژگارییەکیش ئاماژەی بۆ هێنانی یەك هاوسەر کردووە».

پڕۆفیسۆر و دکتۆر ئەحمەد ئاکگوندوز

کاك ڕەفیق کە جارجار لەگەڵ خێزانەکەیدا کێشەی دەبوو، دەیویست ئەم کێشەیە بە هێنانی خێزانێکی دیکە چارەسەر بکات، هەرچەندە خەڵکی گرفتەکانی ئەم کارەیان بۆ باس دەکرد، بەڵام ئەو هەر قسەی خۆی بردەسەر.

ساڵەکانی سەرەتا کارەکان وا دەردەکەوتن کە بە ڕێکی دەڕۆن بەڕێوە، لانی کەم خۆی هەوڵی دەدا کەوا دەربکەوێت.

کاتێك منداڵی لە ژنی دووەمی بوو، ژنی یەکەمی ماڵەکەی بۆ جێهێشت و، منداڵەکانی ئەم ژنی یەکەمەشی چوونە شارێکی دیکە، ئیدی کارەکان بەجۆرێك تێکچوون، کە کاك ڕەفیق بە تەواوی تووشی خەمۆکی بوو، لەم حاڵەشدا ژنی دووەمیشی جێی هێشت، لە کۆتاییدا کاك ڕەفیق بەتەنها مایەوە.

له ئێستادا کاك ڕەفیق له نەخۆشخانەیەکی دەروونی چارەسەر وەردەگرێت، بەداخەوە ئەمە هەموو میراتی دوو ژنەکەی بوو بۆ ئەو!

بابەتـی هێنانی چوار ژن هەمیشـه بووەته جێی باسـی خەڵـك، بەڵام ئەگەر بـاش بابەتەکـه شـی بکەینـەوە، دەبینین کـه قورئانی پیـرۆز فەرمان بـه هێنانی چـوار ژن نـاکات، تەنهـا ئەوەیـه کـه بـۆ کاتـی پێویسـت و تایبەت تـا هێنانی چـوار ژن مۆڵەتـی داوە، بـەڵام وەك ئامـاژەم پێـدا ئەمـه مۆڵەته، نـەك فەرمان، ئەمـەش هۆکارێکـی مێژوویی له پشـتەوەیه، هەر کەسـێکیش کەمێك ویژدانی هەبێـت و لـەم ڕاسـتییه مێژووییانـه وردبێتـەوە ئـەو کات هـەق و ڕاسـتیی بـۆ دەردەکەوێت.

کاتـی بڵاوبوونـەوەی ئایینـی پیـرۆزی ئیسـلام لـه نیمچـه دوورگـەی عەرەبـی، هەنـدێ لـه حوکمـەکان بـه کاریگەریـی نەریتەکانـی سـەردەمی نەفامـی ڕێکخرابـوون، بـەڵام ئیسـلام هەندێـك لـەم نەریتانـەی بـه تەواوەتی نەهێشـت و، هەندێکـی دیکەشـیانی بەجۆرێـك لێکـرد کـه لەگەڵ سروشـتی مرۆڤـی ئاسـاییدا بگونجێت، یەکێك لەمانـەش نەریتی ژنهێنانی بێ شـوماری سـەردەمی نەفامـی بوو، که پێش هاتنی ئیسـلام له نیمچه دوورگـەی عەرەبیدا پیـاوان بـێ هیـچ سـنوورێك چەنـدی ئارەزوویـان بکردایـه ژنیـان دەهێنا!

ئیـدی قورئانـی پیـرۆز سـنوورێکی بۆ ئـەم نەریتەیـان دانـا و، فەرمانی دا: ئەوپـەڕی دەتوانـن چـوار ژن بهێنن.

پەروەردگاریـش دەفەرموێـت: «ئەگـەر ترسـان لـەوەی کـه لـه نێـوان ئەم ژنانەتانـدا عەدالـەت نەکـەن ئـەوا هـەر یـەك ژن بێنن» النسـاو: ٣.

بەمجـۆرە، هێنانـی چـوار ژن بابەتێـك نییه کـه قورئانی پیـرۆز دایهێنابێت، بەڵکـو هاوسـەرگیریی بێ سـنووری سـنووردار کردووە.

هەرچەنـدە قورئانـی پیرۆز ڕێگەی بـه هێنانی چـوار ژن داوە، بەڵام هێنانی یـەك خێزانیشـی بە بنەڕەت دانـاوە و، ئـەم مۆڵەتەی بۆ پێویسـتیی کۆمەڵایەتی و ئەخلاقـی دیـاری کـردووە. لـەم حاڵەشـدا دادپـەروەر بوونی مێرد لـه نێوان هاوسـەرەکانیدا کردووەتـه مـەرج، دواتریـش بـاس لـەوە دەکات کـه مێـرد چەندیـش هـەوڵ بدات هـەر ناتوانێـت به یەکسـانی هەموویانی خۆشـبوێت. هـەروەك دەفەرموێـت: «ئێوە هەرگیـز ناتوانن بەتـەواوی عەدالـەت لە بەینی

ژنەکانتانـدا بکـەن بـێ کـەم و زیـاد لـە دڵ و دەرەوە یەکسـان بـن لەگەڵیان، با زۆریـش ئـەم عەدالەتەتان مەبەسـت بـێ و بتانەوێ بیکـەن..﴾ النساء:١٢٩.

پـەروەردگار کاتێك لـە ئایەتێکی پیرۆزدا فەرمان بـە دادپەروەری دەکات و، لـە ئایەتێکـی دیکەدا ئامـاژە بـەوە دەکات کە ناتوانـن دادپەروەریی ڕاسـتەقینە لـە نێـوان ژنەکانتانـدا بەرپـا بکـەن، ئـەوە ڕوون دەکاتـەوە کە مۆڵەتـی هێنانی دووەم ژن بـێ بوونـی پێویسـتییەك ئەسـتەمە بدرێـت بـە هەمـوو کـەس، واتە ئـەم هاوسـەرگیرییە تەنهـا لەبـاری پێویسـتیی زۆری پیـاودا ڕێگەی پێـدراوە و دیارە کـە سـنوورداریش کراوە.

لـە مێـژوودا بەهـۆی بەرپابوونـی شـەڕە بێبەزەییەکانـی نێـوان میللەتـان ژمـارەی پیـاوان کەمبووەتـەوە و، ژمـارەی ئافرەتانیـش بووە بە چەنـد هێندەی پیـاوان، بۆیـە لەم بارەدا ئاسـاییە گـەر چاودێریکردنـی چەنـد ئافرەتێك ئەرکی هـەر پیاوێـك بێت.

لـە یەکەمیـن جەنگی جیهانیـدا ئەم بارە لـە تورکیا و، لـە دووەمین جەنگی جیهانیشـدا لە ئەڵمانیا ڕوویدا.

لـە ئەڵمانیـا لـە پـاش دووەمیـن جەنگـی جیهانییـەوە ژمـارەی ئافرەتـان سـێ هێنـدەی پیـاوان بـوو، لـەو کاتـەدا میللەتـی ئەڵمانیـا ڕوویـەڕووی ناهاوسـەنگییەکی کۆمەڵایەتیـی ترسـناك بـووەوە، چونکـە لـە هـەر سـێ ئافرەتێـك دووانیـان بـێ کـەس و بـێ چـارە دەمانەوە، لەبـەر ئەمـە حکومەتی ئەڵمانیـا بڕیـاری دا کـە هـەر پیاوێـك بـۆی هەیە لەگـەڵ زیاتـر لـە ئافرەتێکدا هاوسـەرگیریی بـکات، پرۆفیسـۆرێکی ئەڵمانـی پێ لەسـەر ئـەوە دادەگرێت کـە بۆ ڕزگارکردنـی خانمانی ئەڵمانی هیـچ چارەیەکیان جگە لـە قبووڵکردنی ئـەم مۆڵەتـەی ئیسـلام بـۆ نەمابـووەوە.

ئەگـەر لـە کۆمەڵگەیەکـدا ژمـارەی ئافرەتـان بووە سـێ هێندەی پیـاوان -هـەروەك لە ئەڵمانیادا ڕوویدا- ئـەو کات ڕێگەکانی بەردەم ئەم کێشـەیە لەم سیانە تێپەڕ ناکات:

١- هـەر پیاوێـك تەنهـا لەگـەڵ یـەك ئافرەتـدا هاوسـەرگیری دەکات، بەمـەش لە سـێ ئافـرەت دووانیـان لە ژیانـی خێـزان و، خۆشەویسـتی منداڵ و، سـۆزی دایکایەتـی بـێ بـەش دەبـن.

٢- هـەر پیاوێـك لەگەڵ یـەك ئافرەتدا هاوسـەرگیری دەكات و، پەیوەندیی ناشـەرعی لەگـەڵ ئافرەتەكانی دیكە دەبەسـتێت، لـەم حاڵەتەشـدا ئافرەتەكان لـە ژیانـی خێزانـی و، خۆشەویسـتی منـداڵ و، سـۆزی دایكایەتـی بـێ بەش دەبن.

٣- هـەر پیاوێـك لەگـەڵ چەنـد ئافرەتێكـدا هاوسـەرگیری دەكات و، لـە بازنەیەكـی شـەرعیدا و بـە پەیڕەوكردنـی بنەماكانـی دادپـەروەری، شـەرەف و كەسـایەتییان دەپارێزێـت و، لە ئازاری ویژدان ڕزگاریـان دەكات، كۆمەڵگەش لـە تێكەڵبـوون و شـێوانی ڕەچەڵـەك و ڕەگـەز دەپارێزرێت.

هـەر مرۆڤێـك خاوەنـی ژیـری بێـت خاڵـی سـێیەمیان هـەڵ دەبژێرێـت، چونكـە سروشـتی مـرۆڤ پێویسـتی بەمەیـە.



به پێی لێكۆڵینەوەیەك كە پرۆفیسۆر دكتۆر (ئومێد مەریچ) كردوویەتی، لە سەدەی شازدەیەمدا ڕێژەی ئەو پیاوانەی دوو ژنیان هەبووە (٪٢،٢) بووە و، ئەوانەشی كە سێ ژنیان هەبووە زۆر كەم بوون، بگرە دەتوانین بڵێین هەر نەشبوون.

لەمـڕۆدا بەهـۆی گۆڕانـی بارودۆخـەوە هێنانـی زیاتـر لـە ژنێك ئەستەم بووە، ئەوانەشـی زیاتـر لە ژنێكیـان هەیە تابڵێـی ڕۆژانێكـی سـەخت و ناخـۆش بەسـەر دەبـەن.

دەكرێت كێشەكانی ئەو كەسانەی كە لەگەڵ زیاتر لە ئافرەتێكدا هاوسەرگیری دەكەن لەم خاڵانەدا كۆبكەینەوە:

١- بەهـۆی ئـەوەی لای ئێمـە بـە پێی یاسـا فرەژنـی قەدەغەیە، ئـەوا ژنی دووەم لـە زۆر شـت بـێ بـەش دەبێـت: ناتوانێـت بەشـە میـرات بەرێـت و، لـە تۆماركردنـی نـاوی منداڵەكانیـدا لەسـەر مێردەكـەی كێشـەی بۆ دروسـت دەبێت.

٢- پیاوەكـە بـە ئاسـانی دەتوانێـت لـە خێزانـی دووەمـی جیابێتـەوە، یـان

خێزانی دووەمی بە بێ جیابوونەوە دەتوانێت هاوسەرگیرییەکی دیکە بکات، یان کاتێك بە کردەیی جیادەبنەوە دەشێت پیاوەکە پێی بڵێت: «من تۆ تەڵاق نادەم» و ڕێگریی بکات لە دووبارە هاوسەرگیری کردنی.

خێزانی دووەمی ناسیاوێکم لەگەڵ پیاوێکی دیکەدا ڕۆیشتبوو، کەچی ئەو ناسیاوە داماوەم هیچی لەدەست نەدەهات، چونکە بە پێی یاسا بە هاوسەری دانەدەنرا.

٣- ئەو پیاوانەی ژنی دووەمیان هێناوە، مەیل دەکەن بە لای هێنانی ژنێکی دیکەشدا، ئەمەش کارەکان ئاڵۆزتر دەکات و، کێشەی تازە دەهێنێتە کایەوە.

٤- پیاوەکە، هەموو کاتەکانی بە غیرەی ژنەکانی لەیەکتر دەڕوات و، ناتوانێت چالاکییەکی بەسوودیان لەگەڵ بکات.

٥- زۆر جار هێنانی ژنی دووەم بەدزییەوە دەبێت، لە کاتێدا مەبەست لە مارەبڕین ئاشکراکردنی هاوسەرگیرییە، لە ڕووی ئایینیەوە ئەم ڕووەی هاوسەرگیریی دووەم بابەتی جێی مشتومڕ و موناقەشەیە.

٦- لە ئێستادا بژێوی و گوزەران گران بووە، ئەگەر پیاو لەهەر دوو ژنەکەی منداڵی هەبێت ئەوا ناچار دەبێت کاتی زیاتر بۆ کارکردن تەرخان بکات، ئەمەش دەرفەتی گرنگیدان بە منداڵەکانی ناهێڵێت.

٧- لەبەر ئەوەی کۆمەڵگە بە باش تەماشای فرەهاوسەرگیری ناکەن، کاتێك پیاوەکە دەچێتە گەشتێك ناچارە کە تەنها یەك خێزانیانی لەگەڵ بێت، ئەمەش واتا فەرامۆشکردنی ئەوی دیکەیان و دروستبوونی ئیرەیی.

پێویستە لە بابەتی هاوسەرگیریی دووەمدا زۆر وریا بن و، ئەگەر لەبەر هۆکارێکی زۆر پێویست نەبێت ئەو ڕێگەیە نەگرنە بەر.

ئامۆژگاریی پێغەمبەریشمان (دروودی خوای لێ بێت) ئەوە بووە کە پیاو تەنها لەگەڵ یەك ژندا هاوسەرگیریی بکات، بێگومان دەبێت ئەم ئامۆژگارییەی بکرێتە بنەما و، نابێت بڵێیت مۆڵەتم هەیە و بێ هیچ هۆیەك خۆت لە فرەژنییەوە وەربدەیت و، نەفس و ئارەزووەکانت تێکەڵاوی کارەکە بکەیت و دواتریش بە ناخۆشی کۆتایی پێبێت.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

"بە چاوی دونیا تەماشای یاساکانی ئیسلام مەکەن و، یەکسەر ڕەتی مەکەنەوە، ئەگەر بە تێڕوانینێکی بەرفراوانەوە بیری لێبکەنەوە جوانییەکانی بەدی دەکەن".

هاریس

"ئافرەت بەر لەهاتنی ئیسلام تەنها بۆ ڕابواردن لای لێ دەکرایەوە، بەڵام ئیسلام شەرەفمەندانەترین پلەی پێدا".

تاریق بوغرا

"ئایینێك کە بەهەشتی لە ژێر پێی ئافرەتاندا ڕاخستبێت، بڵێی ناهەقییان بەرامبەر بکات".

جەمیل مەریج

35

هەنگاوی سی و پێنجەم

کێشەکانی ئەو خانمانەی کاردەکەن و, ڕێگاکانی چارەسەریان

ڕۆژێکـی پشـوو لای دوو هاوسـەر کە تازە ژیانـی هاوبەشـیان پێکهێنابوو چـام دەخـواردەوە کـە هەردووکیـان پێشـتر قوتابیـم بـوون. پیاوەکـە لـە قوتابخانەیەکـدا مامۆسـتا بـوو و، خێزانەکەشـی بـە مووچەیەکـی کـەم لـە دامەزراوەیەکـدا کاری دەکـرد.

ژیانێکـی نـوێ و، لانەیەکـی تـازە و، ئـەو منداڵەشـی کـە بەڕێـوە بـوو، کۆمەڵێـك کێشـەی لەگـەڵ خـۆی دەهێنـا.

دیـار بـوو مشـتومڕ و نەگونجـاوی لـە ماڵیانـدا سـەری هەڵدابـوو و، کارەکانیـان لە شـوێنی خۆیدا نەبوو، نەیاندەزانی چۆن کێشـەکانیان چارەسـەر بکەن ؟

بـە بڕوای پیاوەکـە خێزانەکەی نەدەبوو کاری بکردایـە، چونکە ئەو پارەیەی بەدەسـتی دەهێنـا تەنها بەشـی مەسرەفـی خۆی دەکـرد، بەڵام خانمـی ماڵەوە هەمـان ڕای نەبـوو، دەیویسـت بـە کارکردنـی هـاوکاری ماددیـی خێزانەکەی بێـت، جگـە لـەوەش خۆ نابێـت ئەو چەنـد سـاڵە خوێندنـەی هەروا بـە فیڕۆ بڕوات.

ئـەوان وەك دوو کـەس کـە زەحمەتـی خۆیـان لەبەرچـاوە، منیـان بـۆ چارەسـەری ئـەم کێشـەیەیان بانگهێشـت کردبـوو.

لـەم بـارەدا، ناکرێـت پیـاو بـە ژنەکـەی بڵێـت: «نابێـت کار بکەیـت» و



دەستی پێ لە کارەکەی هەڵگرێت، چونکە زۆر هۆکاری جددی هەن کە وا دەکەن خانمان لە بازنەیەکی یاسایدا کاربکەن، کە ناکرێت پشتگوێ بخرێن.

پێویستە بەمجۆرە لە بابەتەکە بڕوانین:

کەیبانوویەتی کردن لە ماڵەوە هەروا کارێکی سادە و ساکار نییە، بەپێچەوانەوە؛ ماڵبەڕێوەبردن لە هەر کارێکی دیکە گرانتر و جددیترە و، پێویست دەکات کاتی زۆری بۆ تەرخان بکرێت، ئەو ئافرەتانەی خانمی ماڵەوەن کارەکانیان لەو خانمانە گرنگترە کە لەدەرەوەی ماڵ کارێکی دیکە دەکەن، جگە لەوەش خانمی ماڵەوە پێویستی بە زانست و زانیاری و ئەزموونێکی باش هەیە، واتە پیشەیەکی زانستییە.

هەر ئافرەتێك لە ژاپۆن خانمی ماڵەوە بێت، ناچارە لە ماوەی (١-٣) ساڵدا نزیکەی (دە) بڕوانامە بەدەست بهێنێت، لە نێوانیاندا بڕوانامەی چاودێریی منداڵ و، ڕاگرتنی ماڵ و، پاکوخاوێنی و، پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکان و، چۆنیەتی پارە خەرج کردن و، چێشت لێنان و، دروومان و چەند بابەتێکی دیکەش.

پێویستە کابانێتی بە پیشەیەکی زۆر گرنگ و جددی بزاندرێت، بەتایبەتیش بۆ ئەو خانمانەی منداڵیان هەیە، چونکە پێویستیان بە کۆکردنەوەی زانیاری و، هەوڵدانێکی زۆر هەیە.. منداڵ هێندە بەنرخە کە لەلای کەسانی دیکە جێنەهێڵدرێت، چونکە داهاتوومان بەدەستی ئەوانە.

ژنی ئەو برادەرەم وتی:

«چی بکەم؟ ناچارم کار بکەم، تەنها مووچەیەك بەشمان ناکات».

دیارە کە قسەکەی لە شوێنی خۆیدا بوو و ڕاست بوو، تەنها مووچەیەك بەش ناکات، بەڵام هەندێ شتی دیکەش هەن کە ڕاستن، بۆیە پێم وت:

«ئێمە لێرە قسە لەسەر کارکردن یان کارنەکردنی خانمان ناکەین، وەك پەروەرشیارێك بیر لە داهاتووی منداڵەکان دەکەینەوە، بیر لە خۆشبەختی خێزان دەکەینەوە، زۆربەی خانمان بە مووچەیەکی کەم کار دەکەن، ئەو پارەیەی وەریدەگرن تەنها بەشی کرێی هاتووچۆ و، جلوبەرگ و، ئارایشی

خۆیـان دەكات، زۆریـان هێندەیـان پـارە بـۆ نامێنێتـەوە بیـدەن بـە دایانگە یان یەكێـك تـا چاودێریـی منداڵەكەیـان بـۆ بـكات. لەبـەر ئـەوەی زۆر كاتیان بۆ چێشـت لێنانیـش نامێنێتـەوە، زۆر جـار خواردنـی ئامادەكـراو دەكـڕن، واتـە مەسرەفـی نانخواردنیـان لـە خێزانێك كـە خۆیـان خواردنەكانیان ئامـادە بكەن زیاتـرە، كەواتـە لـە هـەر ڕوویەكـەوە تەماشـای دەكەیـت كاركردنـی ئـەوان بەمشـێوەیە نابێتـە هاوكارییەكـی مـاددی بـۆ خێزان.

لـە لایەكـی دیكـەوە كاتی زۆریـان نامێنێتـەوە بـۆ گرنگیدان بە هاوسـەر و منداڵەكانیـان و نێوانیـان سـارد دەبێتـەوە، لـە ئەنجامـی ئەمەشـدا هاروهاجی منداڵەكانیـان و، غیـرەی مێردەكانیان هەسـتیان تێـك دەدات.

زۆرینـەی ئـەو خانمانـەش كـە دووچـاری خەمۆكـی و، نالەبـاری بـاری تەندروسـتییان بـوون ئەو خانمانـەن كە لـەدەرەوەی ماڵ كار دەكەن. ئێسـتا بە لەبەرچاوگرتنـی هەموو ئەم شـتانە دەپرسـم، ئایـا ئەو مووچەیـەی وەریدەگرن بەشـی هەموو ئـەم كەموكورییانـە دەكات؟».

هەرچەنـدە قوتابیەكـەم ملـی بۆ قسـەكانم نا، بـەڵام لێرەدا واقیعێـك هەیە: (ئەگـەر ئافرەتەكـە ناچـار بـوو كار بـكات، چـۆن بەرەنـگاری كێشـەكانی ببێتـەوە؟) كـە ناوەڕۆكـی سـەرەكیی بابەتەكەشـمانە.

بـە واتایەكـی دیكە، كاركردنـی خانم لە ماڵـی خۆیـدا و، چاودێری كردنی منداڵەكانـی و، بەڕێوەبردنـی كارەكانـی ماڵـەوە بـە باشـترین شـێوە، بارێكـە كـە هـەم لـە ڕووی خۆشـبەختی خێزانـەوە و هەم لـە ڕووی تەندروستیشـەوە ئـارەزووی دەكرێـت، بـەڵام ئەگەر ئەم بـوارە بـۆ ئافرەتێك نەگونجـا، ئەوكات دەبێـت چـی بكات؟

پێویسـتە زۆر بـە جـددی لـەم بابەتـە بكۆڵدرێتـەوە و ڕێگەچـارەی بـۆ بدۆزرێتـەوە، ئەگـەر نـا هـەر ژن و مێردێـك كـە كار بكـەن ڕووبـەڕووی ئـەم كێشـەیە و چەندانـی تریـش دەبنـەوە.

كێشەكانی خانمانی پیشەدار:

«من ژنێكم لە دەرەوەی ماڵ كار دەكەم.

ئـەو هیلاكییـەی بـە هـۆی كارەكەمەوە تووشـی دەبـووم كاری كردە سـەر ژیانـی خێزانیـم، خـۆ كاركـردن و بەخێوكردنـی دوو منـداڵ كارێكـی هـەروا

ئاسان نەبوو، هەرچەندە دەشمویست بەڵام نەمدەتوانی گرنگی تەواو بە هاوسەرەکەم و منداڵەکانم بدەم، ئەم حاڵەتەش هەموو هەستەکانی شێواندبووم، حەوت ساڵمان بەمجۆرە بەڕێکرد، دواتر تێگەیشتین کە ژیان بەم شێوەیە ناڕوات بەڕێوە، بۆیە لەکۆتاییدا لەگەڵ هاوسەرەکەمدا دانیشتین قسەمان کرد و، بڕیارمان دا جیاببینەوە».

دەروونناس و پرۆفیسۆر (لیندا فیدێل)، لە ڕاپرسییەکدا بۆی دەرکەوتووە (٨٥٪)ی ئەو خانمانەی کاردەکەن کارەکەیان کاریگەریی نەرێنیی لەسەر ژیانی خێزانداریان هەبووە و، دەشڵێت:

«کاتێك هەردووکمان بە هیلاکی دەگەڕێینەوە بۆ ماڵ، هاوسەرەکەم لە گۆشەیەکدا پاڵ دەکەوێت و ڕۆژنامەیەك دەگرێت بەدەستییەوە، منیش دەبێت بچمە چێشتخانەکە، ئیتر بەهۆی چێشتلێنان و ئامادەکردنی سفرە و قاپشتن و جلشتن و جل ئوتووکردن و کارەکانی دیکەی ماڵەوە هەر بەهیلاکی سەر لەسەر جێی نووستن دەنێم و، بەیانیانیش بە هیلاکی لە خەو ڕادەبم».

هەموو ئەم هیلاکییانە دەبێتە هۆی ئەوەی ئەو خانمێتییەی لە ئافرەت چاوەڕوان دەکرێت بشاردرێتەوە و، هاوسەرەکەشی ئەوەی دەست نەکەوێت کە پێویستی پێی بوو، ئیدی هەندێ پیاو لە دەرەوەی خێزان بە دوای پێویستیی خۆیاندا وێڵ دەبن و، هەندێکی دیکەش نائارامیی لە ماڵەوە دەسازێنن.

بە کارکردنی دایکان، ڕێکوپێکی ماڵ تا ڕاددەیەکی زۆر تێکدەچێت، زۆر جار منداڵەکان لە خۆشەویستی و نازی دایك بێبەش دەبن.

ئەمەش لە کاتێکدا پێویستە منداڵەکانمان کە داهاتووی ئێمەن لە پێش هەر شتێکەوە بن، لێرەدا ئەگەر دایکەکە هەر ناچار بوو کار بکات، ئەوا باشترە بە شوێن کارێکدا بگەڕێت کە ڕێگر نەبێت لەبەردەم چاودێریی کردنی خێزان و منداڵەکانیدا و، بەختەوەریی خێزانەکەی نەشێوێنێت.

ئەو دایکانەی کار دەکەن، پێویستە هیچ نەبێت تا تەمەنی کاتی چوونە قوتابخانەی منداڵەکانیان خۆیان چاودێرییان بکەن، چونکە ئەو دایەنەی بەکرێیەك چاودێریی منداڵێك دەکات هەرچەندێکیش باش بێت، بەڵام

ناتوانێت جێی دایکی بگرێتەوە.

دەروونناس و پەروەرشیارەکان زۆر پێداگری لەسەر ئەوە دەکەن کە بۆ پێگەیشتینی منداڵ پێویستە پێنج ساڵی سەرەتای تەمەنی بە خۆشەویستی دایکی پەروەردە ببێت، کەچی چەندین منداڵی بێ هەژمار ئەم تەمەنەیان دوور لە دایك و باوکیان دەبەنە سەر.

بەداخەوە، بەپێی قسەی پەروەرشیارەکان ئەم منداڵانە پەروەردەی ڕۆحییان دوادەکەوێت و، هەستەکانی وەك بێ متمانەیی و، زوو زویر بوون و، ڕەشبینی و، شەرمنی و، دواکەوتوویی لە خوێندندا و، شەڕانیتی تێیاندا زیاتر پەرەدەسێنێت.

"دواڕۆژی منداڵەکانتان مەکەنە قوربانی خەونی فەراهەمهێنانی داهاتوویان".

سەباحەدین شیمشێك

بە شێوەیەکی گشتی ڕواڵەتی کێشەکانی خانمانی پیشەدار ئەمانە بوون، بەڵام ئەگەر وردتر بیانخەینە بەر باس، ئەوا دەکرێت ئەم خاڵانە بخەینە ڕوو:

١- دابڕان لە منداڵ و، دەرنەبڕینی خۆشەویستی بۆی، دایکان دڵتەنگ دەکات، ئەو منداڵەشی دوور لە دایکی پەروەردە دەبێت بێ گوێ و، بێ بەرنامە و، سەرلێشێواو دەبێت.

٢- ئەو خانمەی ناتوانێت کاتی پێویست بۆ خێزانەکەی تەرخان بکات لەو خێزانەدا جێگیر نابێت، ئاسوودەیی نامێنێت و، لە ژێر فشاری دواکەوتنی کارەکانیدا دەبێت و، بۆ ڕاگەیشتن بەمانەش ناچارە هەوڵێکی زۆر بخاتە گەڕ.

٣- هەمیشە کێشەی ئەوەی هەیە کە ناتوانێت وەك پێویست لای هاوەڵ و خزم و تەنانەت هاوسەرەکەشی بمێنێتەوە.



٤- بـه هـۆی پەککەوتنـی کارەکانـی ماڵـەوە، زووزوو شـەڕ و دەمەبۆڵـێ دێتـە ئـاراوە.

٥- ئەو خانمەی کاردەکات کێشەی غیرەی مێردەکەی هەیە، کە هەمیشە لەم کارەی ناڕەحەتە، بۆیە جارجار دەبێتە دەمەبۆڵە و، تەنانەت شەڕیشیان دەبێت.

٦- هەنـدێ لـەو خانمانـەی کار دەکـەن، لـە شـوێن کارەکەیـان وەڕەسـن و، پڕکردنـەوەی ئـەم بۆشـاییەش زۆر گـران دەبێت.

> **دڵەکان بە ئامۆژگاری زیندوو دەبنەوە، هەر ئاستەنگەکانیش بە ئامۆژگاری دەڕوخێن.**
>
> مەولانای جامی

٧- ئـەو ژن و مێـردەی کاتـی پێویسـت بۆ یەکـتری تەرخـان ناکەن، زۆر دەچـن بەگژ یەکدا و، بەردەوامیی ئـەم کێشـەیەش تـا جیابوونـەوە سەردەکێشـێت.

٨- لەبـەر ئـەوەی خانمەکـە لـە دەرەوە و لـە ماڵـەوەش کار دەکات، هـەم لـە ڕووی جەسـتەییەوە و هـەم لـە ڕووی ڕۆحییـەوە زوو مانـدوو دەبێـت و، لەتەمەنێکـی کەمـدا دووچـاری تێکچوونـی تەندروسـتیی دەبێتـەوە.

٩- لەبەرئـەوەی خانمـی پیشـەدار هـەردەم لەماڵـەوە نییـە، لەلایـەن گەورەکانـی بنەماڵـەوە زۆر ڕەخنـەی لێ دەگیردرێت و، بەشـێکی کێشـەکانی نێـوان بـوك و خەسـوو بـە هـۆی ئەمەوەیـە.

١٠- زۆر جـار ئـەو مووچەیـەی وەریدەگرێـت، بەشـی خەرجییەکانـی نـاکات، واتـە ماندووبوونەکـەی بـە فیـڕۆ دەچێـت.

١١- ئـەو خانمانـەی کاردەکـەن، لـە خانمانـی مـاڵ زیاتـر پەنـا بـۆ جگەرەکێشـان و مـەی خواردنـەوە دەبـەن.

دەکرێـت چەندیـن کێشـەی دیکـەش بـاس بکەین کـە هەموویـان واقیعن و، ناکرێـت بـە نەبـوو هەژمـار بکرێـن، گرنـگ ئەوەیـە بزانیـن چـۆن بنبڕیـان دەکەیـن، یاخـود کەمیـان دەکەینـەوە، هـەر ئەمەش باسـە سـەرەکییەکە.

ڕێگاکانی چارەسەرکردن:

١- ئەگـەر هـۆکاری ناچـاری نەبوو، ئـەوا یەکەم پێشـنیار ئەوەیـە کە خانم

لـەماڵەوە بمێنێتەوە و لەگەڵ هاوسـەر و منداڵەکانیدا خۆشـبەخت بژی.

بە پێی چەند لێکۆڵینەوەیەك لە وڵاتانی ڕۆژئاوا دەرکەوتووە کە (٪٦٠)ی خانمان ئارەزوو دەکەن بگەڕێنەوە بۆ ماڵ و ببنەوە بە خانم و کابانی ماڵ.

> **بەر لە هاتنی ئیسلام ئافرەتان نەك هەر میراتگر نەبوون، بەڵکو خۆشیان وەك کەلوپەل بە میراتی دەبران.**
>
> ئیسماعیل فەننی ئێرتوغڕوڵ

٢- سەربەستیی ڕاستەقینەی ئافـرەت ئـەوە نییـە تا ئێـوارە لـە شـوێنێك کار بـکات و، فەرمـان وەربگرێت، بەڵکـو ئەوەیـە لـە ماڵەکـەی خۆیـدا بێـت و، فەرمـان بـدات و، منداڵەکانـی بەخێـو بـکات و، لەگـەڵ هاوسـەرەکەیدا ئاسـوودە بێـت.

٣- ئەگـەر بـە شـێوەیەکی بـاش پـارە بەکاربهێندرێـت، ئـەوا پێویسـت بـە کارکردنـی خانمـان نـاکات.

٤- ئەگەر پێویست بوو خانمان کار بکەن، ئەوا با کارێك جێی متمانە و، شوێنێکی باوەڕپێکراو هەڵبژێرن.

٥- ئـەو خانمـەی ناچـارە کار بـکات، پێویسـتە هاوسـەرەکەی هـاوکاری بێـت لـە کارەکانـی ماڵەوەیـدا، کێشەکانیشـیان پێکـەوە چارەسـەر بکـەن.

٦- پێویسـتە گەورەکانـی بنەماڵـە هاوکاریـی خانمانـی پیشـەدار بکـەن و، بـە تەنهابالّـی لێیـان نەگەڕێـن، چونکـە ئـەم ئافرەتانـە بـە تەنهـا لـە گێـژاوی کێشـەکاندا گیـر دەخـۆن و، ئەگـەری دووچاربوونیـان بـە هەڵـە زۆرە.

> **نەفس ئەژدیهایەکی نووستووە، وا گومان مەبەن کە مردووە.**
>
> مەولانا

٧- کاتێـك منـداڵ وابەسـتەی دایـك و باوکـی دەبێـت، لەگـەڵ کەسـانی دیکـەدا ناگونجێـت، بۆیـە هـەر لـە سـاڵەکانی یەکەمـی تەمەنییـەوە هـەوڵ بـدەن لەگـەڵ کەسـانی دەوروبەرتانـدا پەیوەندیـی بـۆ ببەسـتن، چونکـە ئەگـەر منـداڵ لـە ژێـر چاودێریـی دایـك و باوکیـدا پەیوەندیـی لەگـەڵ خزموکـەس و هـاوەڵ و دراوسـێکاندا ببەسـتێت، ئـەوا ئاسـانتر لەگـەڵ دابڕانـی کاتیـی لـە دایـك و باوکیـدا ڕادێـت.

٨- کاتێــك دەگەڕێنــەوە بــۆ مــاڵ ســۆز و خۆشەویســتیی خۆتــان بــۆ منداڵەکەتــان بخەنــە ڕوو.

ئەو کاتەی تۆی دایك بۆ ئەوی تەرخان دەکەیت زۆر گرنگترە لەو کاتەی بۆ کار و باری ماڵەکەتی تەرخان دەکەیت، واتە نابێت دایکان بەهەڵەدا بچن و منداڵەکانیان بە شتێکی کەم بزانن و وا گومان بەرن کە هیچ نازانن.

ئـەو منداڵانــەی لای چاودێـر یـان لـە دایەنـگا جێدەهێڵدرێـن گومانیـان لـە خۆشەویسـتیی دایکیـان دەبێـت بۆیـان، هـەر بۆیـە بـۆ دڵنیابـوون لـە خۆشەویستییەکەشـیان بە هاروهاجی و هەڵسـوکەتی بێزارکەر دایك و باوکیان تاقـی دەکەنەوە، لـەم کاتەدا ئامان! نەکەن بەسـەریاندا بتەقنـەوە، بەڵکو ئارام بگـرن و هـەردەم پێیان بڵێن کە خۆشـتان دەوێـن، کاتێك ئەمە دەڵێم مەبەسـتم ئـەوە نییـە کە منداڵـەکان هەرچییەکیان ویسـت بیکـەن و لە هیـچ نەگەڕێنەوە.

ئەگـەر منداڵێـك لـە خۆشەویسـتیی ئێـوە دڵنیـا بێت، ئـەوا کاتێك لەسـەر هەڵەیەکـی لێـی تـووڕە دەبـن و، کاتێکیش دووبـارەی دەکاتەوە سـزای دەدەن لێتـان نارەنجێت، بگرە پێشـی خۆش دەبێت، چونکە هەسـت دەکات گرنگیی پـێ دەدرێـت و ناهێڵـن ببێتە کەسـێکی خراپ.

زۆر جـار ئـەو دایکانــەی کار دەکـەن، بۆ نەهێشـتنی هەسـتی تاوانبارییان، منداڵەکەیـان هەرچییــەك داوا بکات دەیدەنە دەسـتی و دواتریـش منداڵەکەیان کەسـێکی بەنـاز و لەخۆبایـی دەدەچێـت، بۆیە پێویسـتە وریا بـن نەکەونە ئەم هەڵەیەشەوە.

٩- منـداڵ حـەزدەکات لـە ماڵێکـدا بـژی کـە تاکەکانـی بـە ڕێـز و خۆشەویسـتییەوە لەگـەڵ یەکـدا مامەڵـە بکـەن، بـەڵام ئەگـەر بـە جۆرێـك تێبـگات کـە هەمـووان ناچـارن کاربکـەن و، لەبەر ناچـاری بەجێـی دەهێڵن، نـەك لەبـەر خۆشنەویسـتنیان بـۆی، ئـەوکات بـە لێدابڕانیـان زۆر غەمگیـن نابێـت.

ئـەو منداڵانــەی کە لە خۆشەویسـتیی دایـك و باوکیان دڵنیا نیـن و، کاتێك دەگەڕێنــەوە بـۆ مــاڵ ئـاژاوەی نێـوان دایـك و باوکیـان دەبینـن و، هەسـت بە خۆشەویسـتیی پێویسـت ناکەن، هەسـتی متمانەبەخۆبوونیـان لاواز دەبێت.

هـەردەم لـەوە دەترسـن کـە ڕۆژێـك ئـەم لانەیەیـان لـێ بشـێوێت و، بـێ

دایـك و بـاوك بمێننـەوە، ئـەم ترسـەش لـە تێکچوونـی پێگەیشـتنیاندا ڕەنـگ دەداتـەوە و، ڕێگـە بـۆ کێشـەی دیکـەش خـۆش دەکات.

١٠- ئـەو چاودێـرەی منداڵەکەتانـی لا جێدەهێڵـن، یـان ئـەو دایەنگایـەی منداڵەکەتانـی بـۆ دەنێـرن زۆر بە باشـی هەڵبژێـرن، زوو زوو گۆڕینی چاودێر یـان دایەنـگا دەبێتـە هـۆی لاوازبوونـی متمانەبەخۆبوونـی منداڵەکـە و، بـۆ ڕاهاتـن لەگـەڵ هـەر یەکێکیانـدا تووشـی نارەحەتـی دەبێـت. ئەوەشـتان بیـر نەچێـت کـە چاودێرێـك یـان دایەنگایەکـی هـەرزان دەشـێت وەك پێویسـت خزمەتـی منداڵەکـەت نـەکات و کاریگەریـی نەرێنیـی لەسـەر منداڵەکـەت هە بێت .

هـەر کاتێـك دەرفەتێکـت بۆ هەڵکـەوت، بێ ئـاگاداری بچۆ بۆ سـەردانی ئـەو شـوێنەی منداڵەکـەت پێ سـپاردوون و، خـۆت دڵنیـا بکەوە لـەوەی ئایا خزمەتـی منداڵـەت دەکـەن یاخـود نـا، بـەڵام بشـزانە کـە هەرگیـز ناتوانیـت چاودێرێکـی لـە خـۆت باشـتر بـۆ منداڵەکـەت پەیدا بکەیـت، بۆیـە ئەگەر لە کاتـی سـەردانەکانتدا ئـەم شـتە لەبـەر چـاو بگریت، باشـتر لـە چاودێـرەکان تێدە گەیت .

پێویستە ئەو دایکانەی کار دەکەن ئەوەیان بیر نەچێت کە دایکن و، ماڵ و منداڵیان هەیە و، هەموو هەڵسوکەوتێکیان بە پێی ئەمە ڕێك بخەن، چونکە بچووکترین هەڵە کاریگەریی لەسەر هاوسەر و، منداڵ و بەختەوەریی خێزان دەبێت.

ئـەو خانمانـەی کاردەکـەن، پێویسـتە داهاتیـان لەگـەڵ هاوسـەرەکانیاندا بکـەن بـە یەك و، پێکـەوە قورسـایی ژیان لە کۆڵ بنێـن و، ئەو کاتـەی لە پاش کارەکەیـان بۆیـان دەمێنێتەوە بۆ ماڵ و هاوسـەر و منداڵەکانیانـی دابین بکەن.

وتەکانی مامۆستا (سەعیدی نوورسی)ش لەم بارەیەوە جێی بایەخن:

«قەناعەت بکەن بەو خۆشییەی لە بازنەیەکی شەرعیدا دەستتان دەکەوێت، قسەیەکی خۆش لەگەڵ ڕۆڵە دڵپاکەکانتان لە سەد فیلم و سینەما باشترە، بشزانن کە خۆشیی ڕاستەقینەی ژیانی دونیا تەنها لە چوارچێوەی ئیماندایە».



36

هەنگاوی سی و شەشەم

چ جۆرە خانوویەك بۆ خێزانێكی بەختەوەر گونجاوە؟

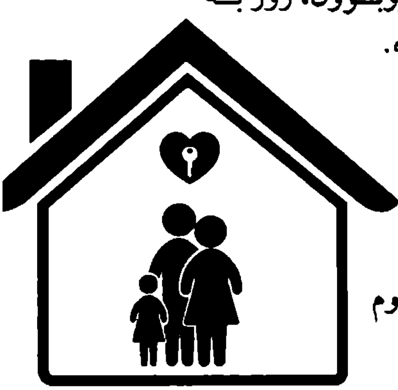
«ئەو خێزان و گەڕەك و شارەی كە بە مەعنەویاتی مرۆڤدۆستانە ڕازێندراونەتەوە، چێژ و خۆشیی مرۆڤبوون بە مرۆڤ دەبەخشن».

هاڵوك سێنا ئاری

لە پێناو دەربازبوون لە گەرمای بەتینی مانگی ئاب، پەنام بردە بەر سێبەری دارچنارێك لە پاركێكدا.

لـە پەنـا پیاوێكـی بەتەمەنـەوە، كـە پشـتی بـە قـەدی دارەكـەوە دابـوو، پشـووی دەدا، دانیشـتم و سـڵاوم لێكـرد.

مامـە پیرەكـە كـە چاوەكانـی كزبوویـوون، زۆر بـە گەرمـی وەڵامـی سـڵاوەكەی دامـەوە.



پیاوەكە كە لە ڕووخساریدا بەڕێزی دەخوێندرایەوە، وا دیاربوو لەناو كۆمەڵگەدا هەستی بە تەنهایی دەكرد.

بـۆ زیاتـر یەكتر ناسـین و درێـژەدان بـە وتووێژەكەمـان چـووم دوو ماسـتاوم كـڕی و یەكیانـم پێشـكەش كـرد.

زۆر بەڕێزەوە وتی:

- زۆر سوپاس کوڕی خۆم، بەڵام ناتوانم ماستاوەکەت لێ وەربگرم».

- بۆچی؟

- من هیچ شتێك بێ بەرامبەر وەرناگرم.

منیش بە گاڵتەوە وتم:

- دەی ئێستا ئێوە بفەرموون نۆشی بکەن، دواتر پارەکەیتان لێ وەردەگرم.

- ئێستا پارەم پێ نییە، لەوەش دڵنیا نیم تا دوایی لە ژیانـدا ئەمێنم یان نا، زۆرم لێمەکە کوڕم..

بەڕاستی سەرم سوڕمابوو لەم تێگەیشتوویی و خوو و ڕەوشتە نموونەییەی.

ئەمە ئەو مەردایەتی و جوامێری و کەسایەتیەیە کە پێویستمانە، ڕەتکردنەوەی شتێك بە بێ ڕەنجاندن و، وەرنەگرتنی شتێك کە هی خۆی نەبێت...

بەتەواوی کەسایەتیەکی دۆستانە و دڵپاك و خۆشڕەفتاری هەبوو...

بۆ ئەوەی نەبێتە بێزێزی منیش ماستاوەکەم نەخواردەوە و، پێشکەشی چەند منداڵێکم کرد کە لەوناوە بوون.

کەمە کەمە یەکمان ناسی...

بەڕاستی شاکارێکی ڕەوشتبەرزیی و مامۆستایەکی مێژوو بوو، هێندە بە نموونەی پەندئامێز و کاریگەر ڕابردووی بە ئێستاوە بەستەوە، کە من تەنها دەمەوێت چەند ڕستەیەك لە وتەکانیتان بۆ بگوازمەوە:

«کوڕی خۆم! ئێمە ئەوسا کاتێك بە دەست کێشە و دەردەسەری و ئیشوکارەوە بێزار ئەبووین، بۆ پشوویەك ڕوومان لە ماڵەکانمان ئەکردەوە، چونکە لە ماڵدا خانم وەك فریشتە و پەروانە ئەهات و ئەچوو و، منداڵی شیرین و نەشمیلەمان هەبوو کە بە دەور و خولماندا ئەهاتن.

ماڵەکانمان لانەیەکی پڕ لە کامەرانی بوو، ئایەت و، فەرموودە و، وتەی جوان و، نزا و پاڕانەوە و، نوێژ و، قورئانخوێندن ماڵەکانمانی پڕ کردبوو لە ئارامشێکی ئیلاهی.

کاتێك ئەچووینەوە ماڵەوە ئاسوودەییەك ناخمانی دائەپۆشی و،

دڵتەنگییەکانمـان بـەو کەشـە مەعنەویـە ئەڕەوینـەوە و، کۆتاییـان پـێ ئەهات.

ئـەو چا یـان قاوەیەی بـە تایبەت پێشکەشـمان دەکـرا هەمـوو ناڕەحەتی و دڵتەنگییەکـی بەبـادا ئەداین و، وامان هەسـت ئەکـرد لە بەهەشـتی دونیادایـن، دەنگـی بەسـۆزی خانمیش سـەرچاوەیەکی شـیفا بوو بـۆ دەروونمان.

نەخـش و نیـگاری سـەر دیـوارەکان و، ڕێکوپێکـی و سـادەیی ماڵەکـە و، جەوشـەی بـە پەرژینـی ماڵەکـە، بەهەشـتێکی تایبەتییـان بۆ ئەسـازاندین.

ئـای کوڕەکـەم! ئێمە چیـمان لەدەسـت نەداوە؟ لەشسـاغیمان لـە خانووە دارینەکانـدا و، خواردنـە سروشـتییەکان و، بـۆن و بەرامی خواردنـە خۆکرد و خۆماڵییەکان...

لـە ماڵەکانـی جارانـدا، گـەورەکان وەك پاشـا بەخێـو ئەکران، بەڵام ئێسـتا گـەورەکان لـە پارکەکانـدا چاوەڕوانـی خۆرئاوابوونن، چونکە ئیتر گەورەکان تاجـی سـەر نیـن لە ماڵـدا، بەڵکـو شـتێکی زیادەن.

هاوسـێیەتی نەمـاوە، خانـووی باخچـەدار بووەتـە مێـژوو، ژیـان لـە شـوقەکاندا پەیوەندییەکانـی ساردوسـڕ کـردووە، کـەس کـەس ناناسـێت.

ئەو کەسـانەی جاران بۆ ئارامبوونەوە ئەچوونەوە بۆ ماڵ، ئێسـتا لەدەسـت نائارامـی ماڵەوە ئەڕۆنە دەرەوە، هەروەك ئێسـتای من...».

مامەپیـرە -کـە تەمەنێکـی لـە ڕەسـەنایەتیدا بەسـەر بردبـوو- فرمێسـك لـە چاوانـی دەهاتنە خوارێ، کەسـێك کـە دۆسـتە وەفادارەکانی لەدەسـت دابوو و ناچـار بـوو لەگـەڵ دۆسـتی بێوەفـا هەڵبکات، جگـە لە گریـان هیچی تری لەدەسـت نایـەت.. بەڕاسـتی مامەپیـرەی بەڕێـز زۆر کاری تێکردم.

ئیـدی نـە ماڵێکـی وا ئاسـوودە مـاوە، نـە کەسـێکیش کـە بـە ئاسـوودەیی بـژی. مرۆڤـی ئـەم سـەردەمە لـە بەهـا مەعنەوییـەکان دوور کەوتووەتـەوە و، زیاتـر گرنگـی بە دەسـتکەوت و جێکەوتی مـاددی دەدات، ئیـدی پەیوەندیی ساردوسـڕی سـوود و قازانـج و بەرژەوەندیـی تایبـەت جێـی بەهاکانـی وەك هاریـکاری و، هاوسـێیەتی و، لەخۆبوردوویـی گرتووەتـەوە و، پەیوەندییـە مرۆڤایەتییـەکان تـا بڵێیـت کـەم و کاڵ بوونەتـەوە.

خەڵکـی وڵاتەکەمـان، کـە بـەرەو کۆمەڵگەیەکـی خۆشـگوزەران هەنـگاو دەنێـن، کاتێـك بـە مـاددە دەگـەن هەسـت بـە بۆشـاییەك لـە ناخیانـدا دەکەن

و، هەستی بێ ئامانجی و غەریبایەتییەك دایان دەگرێت کە لەوەو پێش وێنەیان نەدیوە.

ئەو ژمارە زۆرەی دانیشتوان کە ڕوو لە شارەکان دەکەن، ژیانی شاریان کردووە بە ئاژاوە، ئەو کەسانەی لە شوقەدا دەژین مەحکومی ژیانێکن کە هەردەم بە ئاواتی تیشکی بۆژێنەرەوەی خۆرهەتاو و باخچەیەکەوەن، ئەمەش هێندەی تر ئەو کەسانە وردوخاش دەکات کە ڕووبەڕووی کێشە سەختەکانی ژیان بوونەتەوە.

ئەم شێوازی ژیانە وای کردووە، هەڵبژاردنی جۆر و شوێنی ماڵ و دراوسێ بینە شتگەلێکی زۆر گرنگ.

کاتێك پیاوی ماڵ بە هیلاکی لە کار دەگەڕێتەوە و، دووبارە خانمەکەشی کاتێك بە کاری ماڵەوە هیلاك دەبێت یان لەسەر کارەکەی ماندوو دەبێت و، منداڵەکانیش کە بە بیرئالۆزییەوە لە قوتابخانە دەگەڕێنەوە، هەموو لەشوێن بەختەوەریی و ئاسوودەیی دەگەڕێن لە ماڵەوە، جگە لەوەش مرۆڤ زیاد لە نیوەی تەمەنی لە ماڵەکەیدا بەسەر دەبات.

بۆ ئەوەی ژینگەی خێزان ژینگەیەکی زۆر ئاسوودە و ئارامتر بێت، پێویستە لە کاتی کڕین یاخود بەکرێگرتنی خانوودا ڕەچاوی هەندێك تایبەتمەندی بکرێت، ئەمە لە ڕووی تەندروستییەوە زۆر گرنگە، چونکە بە پێی لێکۆڵینەوەکان ژینگەیەکی ناتەندروستی ماڵ، سەرچاوەیە بۆ سەرهەڵدانی چەندین نەخۆشی.

دەکرێت لەپێناو دەستەبەرکردنی خێزانێکی تەندروستتدا ئەم تایبەتمەندییانەتان بۆ بخەینە ڕوو:

١- سەرەتا کاتێك خانوو دەکڕن پێویستە سەرنجی بارودۆخی دراوسێکان بدەن و، بزانن دەتوانن گفتوگۆیان لەگەڵ بکەن و، بە ئارامی هاتووچۆیان بکەن و، کەسانی جێی متمانەن یاخود نا..

ئەگەر بینە دراوسێی خێزانێك کە نەتوانن لێتان تێ بگەن، ئەوا نائارامیی و فشارێکی بەردەوام دەهێننە خێزانەکەتانەوە، چونکە نەگونجان لەگەڵ دراوسێدا وەك هیچ نەگونجانێکی دیکە نییە. هەرچەندە لە ئێستادا کارێکی گرانە، بەڵام دەبێت زۆر گرنگی بەم پەندە بدەین کە دەڵێت:

«خانـوو مەكـڕە، دراوسـێ بكـڕە!».

٢- پێشـنیار دەكەیـن خانووەكـە یەك قات یان دوو قات بێـت و، ئەگەریش گونجا با باخچـەی هەبێت.

بینایەكـی چەنـد نهۆمـی، كاریگەریـی لەسـەر ڕۆحـی مـرۆڤ دەبێـت، ئەمـەش لەمـرۆدا بـە جوانـی دەركەوتـووە، چونكـە جیاوازییەكـی زۆر هەیـە لـە نێـوان ڕاسـتگۆیی ئـەو (٢٠-٣٠) خێزانـەی كـە لـە كۆنـدا لـە كۆڵانێكـی تەسـكدا دەژیـان و، گفتوگـۆی نێـوان ئـەو كەسـانەی كـە لەیـەك باڵەخانـەی چەنـد نهۆمیـدا دەژیـن.

زۆر جـار ئـەو كەسـانەی لـە شـوقەیەكدا دەژیـن ئـەو خێزانـە ناناسـن كـە لـە شـوقەی ژوور خۆیانەوەیـە. ئاشكراشـە مرۆڤـەكان تـا لـە ڕووی خاك و زەوی نزیـك بـن ئـارام دەبنـەوە و، تـا لێـی دوور بكەونـەوە ئاراميیـان كـەم دەبێتـەوە، ئەمـەش بابەتێكـە دەبێـت لەبەرچـاو بگیردرێـت.

٣- پێویستە لە ماڵدا ژووری تایبەت بە منداڵ بە پێی تەمەنی گەشەسەندنی هەبێت و، دەشتوانرێت وەك ژووری سەعیكردنیش بەكار بهێندرێت.

پێویسـتە لـە دوای تەمەنـی دوو بـۆ سـێ سـاڵییەوە منداڵـەكان لـە ژووری نووسـتنی خۆیانـدا بخـەون، چونكـە ئەمە بۆ لایەنـی دەروونی و پێگەیشـتنی جەسـتەییان زۆر گرنگـە. جگـە لـەوەش پێویسـتە پـاش تەمەنی دە بـۆ دوازدە سـاڵان ژووری نووسـتنی كـوڕ و كـچ جیـا بكرێتەوە.

٤- پێویسـتە خانـوو لـە ژاوەژاوەوە دوور بێت و، تیشـكی خۆرهەتاویشـی تـێ بكەوێت.

٥- بـۆ ئـەوەی منداڵـەكان لـە نێـوان چـوار دیـواری ماڵـدا بێـزار نەبـن، پێویسـتە باخچەیـەك هەبێـت كە جارجـارە بڕۆن بـۆی، ئەگەر نـا دەمەبۆڵێ لە نێـوان منداڵـەكان و گەورەكانی خێزاندا ڕوودەدات و، دەشـێت هەندێ منداڵ لـە وەڕەسـیاندا لە قسـەی دایـك و باوكیـان دەربچن.

٦- پێویسـتە گرنگـی بدرێـت بـەوەی ماڵەكـە لـە مزگەتەوە نزیـك بێت، بۆ ئـەوەی هـەم نوێـژ و پەرستشـەكان بە كۆمەڵ بكـەن، هەمیش دەنگـی بانگ لە ماڵەوە ببیسـترێت.

ئـەو كەسـانەی لـە گەڕەكێكـدا دەژیـن كـە مزگەوتـی لێـوە نزیـك نییـە،

هەمیشــە هەســت بە نائارامیــی مەعنەوی دەکــەن، ئەو منداڵانەکــەش کە دوور لــەو کەشــانە پــەروەردە دەبن، ڕێگــەی زۆر خراپــە و هەڵەیان بــۆ واڵا دەبێت.

بەهــۆی زۆربوونــی کێشــەی ســەردەمەکەمانەوە، گرنگیــی خانــوو بــە ڕادەیەکــی زۆر زیــادی کــردووە و، تایبەتمەندیــی ماڵەکــە و دراوســێکان بــۆ ئاســوودەیی خێزانــەکان بوونەتــە شــتێکی یەکجــار گرنــگ.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

پێغەمبەر (د.خ) دەفەرمووێت:

".. هەر کەس باوەڕی بە خوا و بە ڕۆژی دوایی هەیە، با ڕێز لە دراوسێکەی بگرێت و دڵی ڕابگرێت.."

بوخاری و موسلیم ریوایەتیان کردووە.

"کەسی باش ئارامت دەکاتەوە، دراوسێی خراپیش دەنگت دەردێنێت".

فرێدریك هیپڵ

"ئاسوودەیی ماڵ و، پەروەردەی منداڵ و، پەیوەندییە مرۆڤایەتییەکان تاڕاددەیەکی زۆر بەستراونەتەوە بە دەوروبەرەوە، کەوابوو "بەر لە خانوو کڕین، دراوسێ بکڕە!" یان "بەر لە ماڵ کرین، ژینگە بکڕە!".

37

هەنگاوی سی و حەوتەم

داوای نزا لە بەتەمەن و نەخۆشەکان بکەن

«لە تیشکی زۆر ڕیوایەتی ڕاست (صەحیح) و زۆر ڕووداوی مێژووییدا سەلمێندراوە کە لە پاڵ ئەو پاداشتە زۆرەی کە لە خزمەتکردنی بەتەمەنەکاندا هەیە، ئەگەر نزای ئەو بەتەمەنانە بەدەست بهێنن، بەتایبەتی ئەگەر دایك و باوکتان بوون و، دڵیان خۆشبکەن و، بە شێوەیەکی وەفادارانە خزمەتیان بکەن، ئەوا بە بەختەوەریی دونیا و دواڕۆژ شاد دەبن».

مامۆستا سەعیدی نوورسی

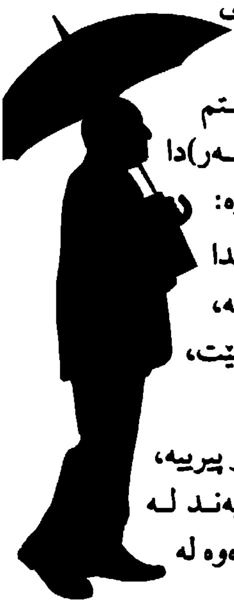
خـودا مرۆڤـی کردووەتە نموونەیـەك و، بۆ نمایشـکردنی نـاوە پیرۆزەکانی خـۆی ئـەو نموونەیـە دەکاتە سـەر شـێوەی جیاجیـا. هەندێ جار نەخۆشـیی بـۆ دەنێرێـت، هەندێ جـار بەڵای تـووش دەکات و، بە نیعمەتی بـەردەوام و، بـەڵای بـەردەوام تاقیـی دەکاتـەوە. واتە چۆن بـۆ ڕەنگدانەوەی نـاوی پیرۆزی (الـرزاق) پێویسـتە برسـێتی هەبێـت، بەوجـۆرەش بـۆ ڕەنگدانـەوەی نـاوی پیرۆزی (الشـافی) پێویسـتە نەخۆشـی هەبێت.

مەگـەر ئـەم دونیایـە گۆڕەپانـی تاقیکردنـەوە نییە؟ ئـەو شوێنەشـی کرێ و پاداشـتی لـێ وەردەگرینـەوە بەهەشـتە، کەواتـە هەرچەنـدە پرسـیارەکانی ئەم گۆڕەپانە سـەختتر بن، پاداشـتەکەی هێندە زیاتر دەبێت، بۆیـە پەروەردگاریش نەخۆشـیی بـۆ ئەو بەندانـەی نـاردووە کە زۆری خۆشـدەوێن.

لـە فەرموودەیەکـدا کـە (بوخـاری) ڕیوایەتـی کـردووە هاتـووە: (پێغەمبەر (د.خ) دەفەرموویـت: «هـەر کـەس خـوای گـەورە خێـر و چاکەیـی بوێـت، تووشـی بـەڵا و موصیبەتـی دەکات»).

زۆر پێغەمبـەر و پیاوچاك کاتێـك نەخۆش کەوتوون نارەزاییـان دەرنەبڕیوە و سوپاسـگوزاربوون لەسـەری. هـەر کەسـیش ئـارام بگرێـت لەسـەر ئـەو نەخۆشـییانەی تووشـی دەبـن، دەچێتـە ڕیـزی ئـەو کاروانـە نوورانییەوە.

هەموومـان بەسـەرهاتی پێغەمبـەر ئەیوبمـان (سـەلامی خوای لـێ بێت) بیسـتووە، کاتێـك بەوپەڕی سـامانداری گەیشـتووە پـەروەردگار ڕووبەڕووی تاقیکردنەوەیەکـی زۆر سـەختی کردووەتـەوە، سـەرەتا ماڵ و سـامانەکەی لێ سـەندووەتەوە، پاشـانیش تەندروسـتیی تێـك داوە و تووشـی نەخۆشـییەکی درێژخایەنـی کـردووە، تەنانـەت هێنـدە بریـن بـە جەسـتەیەوە بـوون کـە کـرم تێـی دابـوون، هەمـوو کەسـێك لێـی دووردەکەوتـەوە و، خزموکـەس و دراوسێکانیشـی نەدەچوونـە لای، لـەم بـارەدا حەزرەتـی ئەیـوب (سـەلامی خوای لێ بێت) و خێزانەکەی چییان کرد؟ سـەرپێچی خودایان کرد؟ بێگومان نەخێـر، بگرە زۆر سوپاسـگوزار بوون و، بەڵاکەیان وەك دیارییەکی بەسـۆزی پـەروەردگار دانا، هاوسـەرەکەی ئەو پێغەمبەرە پشـوودرێژە لـە لایەکەوە کاری دەسـتیی دەکرد و بژێـوی خۆیانی دەردەهێنـا و، لەلایەکی دیکەشـەوە خزمەتـی هاوسـەرەکەی دەکرد.



پێـم خۆشـە چەنـد وتەیەکـی هاوەڵـی خۆشەویسـتم (جەمیـل تۆکپنار)تـان لـە کتێبـی (خۆشەویسـتی تـا سـەر)دا لەسـەر بابەتـی گرنگیـدان بـە نەخـۆش بـۆ بگوازمـەوە:

«کێشـەیەکی دیکـە کە هەندێ جـار لەگەڵ نەخۆشـیدا دێـت و، هەنـدێ جاریـش بەتەنهـا دێـت، کێشـەی پیرییە، ئـەم کێشـەیە تەنهـا کاریگەریی لەسـەر تووشـبووەکە نابێت، بەڵکـو کاریگەریـی لەسـەر چواردەورەکەشـی دەبێت.

تاقیکردنەوەیەکـی گرنگـی دونیـای فانی نەخۆشـی و پیرییە، کـە پەروەردەیەکـی بێوێنـەن لەسـەر ئارامگرتـن. زۆر پەنـد لـە نەخۆشـیدا هەیە بۆ ئەو کەسـانەی بـە چاویلکەی بـاوەڕەوە لە

شتەکان دەڕوانن.

هەموو نەخۆشییەك -جا سووك بن یان گران- سوود و پەیامی خۆیان پێیە بۆمان.

سەرەتا، پەروەردگاری سەرچاوەی میهر و بەزەیی، بۆ سزادانی ئێمە نەخۆشی نانێرێت. ئەو زاتە هەرگیز ئیرادەی لەسەر ئازارچەشتن و گریانی ئێمە نییە، بەڵکو هەردەم دەیەوێت ئێمە دڵخۆش و بەختەوەر بین، کەواتە ناردنی سەختترین نەخۆشی بۆ خۆشەویستترین بەندەکانی سەرەڕای ئەم هەموو سۆز و میهرەبانییەی، دەبێت ڕەنگدانەوەی ڕەحمەتێکی دیکەی ئەو زاتە مەزنە بێت.

جگە لەوەش ئەو زاتەی لە هەموو شتێکدا چەندەها حیکمەتی هەژمارنەکراوی خولقاندووە، ناگونجێت هەروا لە هیچی خۆڕایی و بێ هیچ هۆ و ئامانجێك نەخۆشی بەدیهێنابێت، کەواتە بەدڵنیاییەوە حیکمەت و مەبەستی زۆر لە نەخۆشیشدا بوونیان هەیە.

پێش هەر شتێك، نەخۆشی دەبێتە هۆکارێك بۆئەوەی دان بە نرخ و بەهای نیعمەتەکانی پەروەردگارماندا بنێین، ئەوەتا کاتێك دووچاری نەخۆشییەك دەبین لە چاومان، یان دڵمان، یاخود گەدەماندا، تێدەگەین کە ئەو ئەندامەمان چەند گرنگە و، بە دروستی کارکردنی چەند نیعمەتێکی گەورەیە، بەمجۆرە لە نرخ و بەهای هەموو ئەو ئەندام و هەستانەمان تێدەگەین و، سوپاسگوزاری زاتی پەروەردگار دەبین کە ئەوانەی پێ بەخشیوین.



مادەم ژیان دێت و دەبڕێتەوە، کەواتە ئەوەی جێی بایەخ بێت ژیانی نەبڕاوەی ئەو دونیایە، بۆیە پێویستە لەسەر ئەو نەخۆشیانە ئارام بگرین کە میوەی نەبڕاوەمان پێدەبەخشن و، بگرە سوپاسگوزاریش بین لەسەریان، نەك ناشوکری بکەین.

جگە لەوەش هەر کەسێك نەخۆشییەکی تووش ببێت، زیاتر بیری خودا و دوارۆژ

دەکاتەوە و، خۆی بە هەوا و ئارەزووەکانی دونیاوە نابەستێتەوە، ئەم هەستەش هێندە قازانجێکی گەورەیە کە ئەگەر هەموو دونیاش لەبەرامبەریدا بدرێت هێشتا هەر کەمە، چ شتێك لەوە گرنگترە کە کەسێك خۆی لە خۆشییەکانی دونیا ببوێرێت و، ڕوو بکاتە ژیانی نەبڕاوە؟

بەتایبەتـی بـۆ ئـەو کەسـانەی کـە نەخۆشـی درێژخایەنیـان هەیـە، نەخۆشـییەکەیان کەشـێکی مەعنەویـی خۆشـیان بـۆ دروسـت دەکات، ئـەو کەسـانە بەجۆرێـك دەژیـن کـە وا هەسـت دەکـەن پێیەکیـان لـەم دونیایـە و پێیەکـی دیکەیـان لـەو دونیـا و، هەمـوو کات لـە خـوا دەپاڕێنـەوە و داوای یارمەتیـی لـێ دەکـەن و، لـە دڵـەوە دونیـا جـێ دەهێڵـن و، دڵیان وابەسـتەی دواڕۆژ دەکـەن.

دۆستێکی بەڕێزم، کە تووشی نەخۆشییەکی گرانی جگەر بووبوو، زۆر بەگرنگییەوە باسی ئەم لایەنەی نەخۆشییەکەی دەکرد. هەر بەڕاستی لە ڕواڵەتدا تووشبوون بە نەخۆشی شتێکی ناخۆشە، بەڵام کەوتنە بارێکەوە کە هەردەم وا هەست بکەیت لە ئاخیرەتدایت چێژێکی مەعنەویی هەیە، هەروەك حاڵی ئەفسەرێك کە تەنها چاوی لە دووی ڕەزامەندیی پەروەردگارە.

بە کورتی، پێویستە خزمەتکردنی نەخۆش و بەتەمەن وەك هەلێك بۆ خۆئامادەکردن بۆ دواڕۆژ بزانن و، ئارامگر بن لەسەری و سوپاسگوزار بن.

کەواتە ئەمە ڕاهێنانێکە لەسەر ئارامگرتن و خۆئامادەکردن بۆ دواڕۆژ».



38

هەنگاوی سی و هەشتەم

بنەما سەرەکییەکانی پەروەردەکردنی منداڵ

«پێویستە تازە هاوسەرەکان وەك قوتابییەك خۆیان بۆ پەروەردەکردنی منداڵ ئامادە بکەن. بەر لەوەی منداڵ بێتە خێزانەوە پێویستە کەموکوڕییەکانیان لەم ڕووەوە پڕ بکەنەوە، ئەگەر نا، ژیانێکی پڕ ئێش و ئازار دەست پێ دەکەن».

ئیسماعیل حەکیم ئۆغلو

لـەو ڕێکخـراوەی کارم دەکـرد (خوولێـك بـۆ پێگەیاندنـی دایـك و باوکی پەروەرشـیار) ڕێکخـرا، بیسـتم خانمێـك کـە دوو منداڵـی هەیـە و نزیکەی دە سـاڵە پزیشـکە بەشـداربووە لـە خوولەکەدا.

کاتێك لەو خانمەم پرسی بۆ هەست دەکەیت کە پێویستت بەم خوولەیە، وەڵامێکی زۆر سەرنجڕاکێشی دامەوە و، وتی:

«مامۆسـتا! مـن پزیشـکم، بـەڵام لـە بـواری پەروەردەکردنـی منداڵـدا لێهاتوویـی تـەواوم نییـە، کاتێـك دوو منداڵەکـەم پـەروەردە دەکـەم، جارجـار تووشـی زەحمەتـی زۆر دەبـم، بۆیـە وام بە پێویسـت زانی کە بـۆ پڕکردنەوەی کەموکوڕییەکانـم لـە پەروەردەکردنـی منداڵەکانمدا بەشـداریی خوولێکی لەم شـێوەیە بکەم».

بـۆ ئەوانـەی دەیانەوێـت ببنـە دایـك و باوکێکی بـاش، جگە لـەم ڕێگایانە

هیـچ هەڵبژاردنێکـی دیکەیان لەبەردەمـدا نییە.

ئەم خانمە پزیشکە بەم وتانەی، وانەیەکی باشی بە من و بەو مامۆستایانەش دا کە بەشداری خوولەکە بوون.

بۆ دروسـتکردنی کەشـێکی ئاسـوودە لـە خێزانـدا و، پێکهێنانـی ژیانێکی بەختـەوەر و، خسـتنەوەی منداڵـی تەندروسـت کۆمەڵێـك ئەرکـی گرنـگ دەکەوێتـە سـەر شـانی دایـك و بـاوك.

ئەو پەرۆشـی و شـڵەژانە شـیرینە و ئـەو ئامادەکارییە تایبەتانـەی لە خێزانە نوێیەکانـدا هەیـە، لەپێنـاو ئـەو منداڵانەیـە کـە چاوەڕوانـی هاتنیانـن، بـەڵام دەبێـت ئـەم ئامادەکارییانـە بـە کارزانانـە بکرێن.

ئەگـەر دایـك و بـاوك زانیاریی و شـارەزایی تەواویـان لـە پەروەردەکردنی منداڵـدا نەبێـت، ئـەوا ئـەم ئەرکـە گرنگـە یـان بـە هـاوکاری کەسـانی دیکـە دەبـەن بەڕێـوە، یاخـود بـە کەموکوڕییەکـی زۆرەوە بەڕێـی دەکـەن، ئەمـەش دەبێتـە هـۆی ناتەندروسـتی لـە گەشەسـەندی ڕۆح و جەسـتەی منداڵەکـە.

بنەما سەرەکییەکان لە پەروەدەکردنی منداڵدا

١- بەتایبەتـی خۆتـان بـۆ پەروەردەکردنـی منـداڵ ئامـادە بکـەن، کتێـب دەربـارەی پـەروەردەی منـداڵ بخوێننـەوە و، سـەردانی دەروونـناس و پەروەرشـیاران بکـەن و، سـوود لە ئەزموونی کەسـانی دیکـە وەربگرن.. پاش ئـەوەی هەسـتتان کرد بـۆ پەروەردەکردنـی منداڵ ئامـادەن ئەوجـا چاوەڕوانی منـداڵ بن.

٢- زۆر باش چاودێریی منداڵەکەتان بکەن و باش بیناسن و، بزانن بە چ شتێك زۆر هەستیارە و، حەزی لە چییە و ڕقی لە چییە، ئیدی هەڵسوکەوتەکانتان لەگەڵی بەپێی ئەم خووانەی ڕێك بخەن.



٣- هەرگیـز لـە پێـش چـاوی منداڵەکەتـان دەمەقاڵـێ مەکـەن و، وتـەی ناشـیرین بەیـەك مەڵێـن.

٤- هەرگیز فشار لەگەڵ خۆتان و لەگەڵ منداڵەکەتان بەکار مەهێنن.

٥- وریـای سـەعیکردن و نانخـواردن و کاتـی خەوتنـی منداڵەکەتـان بن، ئەگـەر نـا هەسـتی پابەندبوونـی بە هیـچ شـتێکەوە نابێت.

٦- ئەگـەر کاروپیشـەتان هەیـە، ئـەوا کاتێـك دەگەڕێنـەوە بۆ مـاڵ و کاتی پشـووەکان لەگـەڵ منداڵەکەتانـدا بەسـەر بەرن و پشـت گوێـی مەخەن.

٧- لای منداڵەکەتـان بە خراپ باسـی بەشـێك لـە خزمانتان مەکـەن و، بە شـان و باڵـی بەشـێکی دیکەشـیاندا هەڵ بـدەن، بەڵکو بە باش باسـی هەموو کەسـوکارتان بکـەن لای منداڵەکەتـان و لە بەرچاوی سـووکیان مەکەن.

٨- زوو زوو لەگەڵ منداڵەکەتاندا بچنە سـەیران و گەشـت، چونکە منداڵ حەزدەکات لەگەڵ خێزانەکەیدا کات بەسـەر بەرێت.

٩- ئامۆژگاریـی منداڵەکانتـان بکـەن لـە دەسـتگرتن بـە کارەبـا و ئـاو و خواردنـەوە و، هـۆکاری ئەمەشـیان بـۆ ڕوون بکەنـەوە.

١٠- هەفتانـە یـان مانگانـە پارەیـان بدەنێ، نەك هـەر کاتێـك داوایان کرد، بـا بەمجـۆرە فێری بـاش بەکارهێنانی پـارە ببن.

١١- گرنگی دایك و باوك و خوشك و برایان تێبگەیەنن.



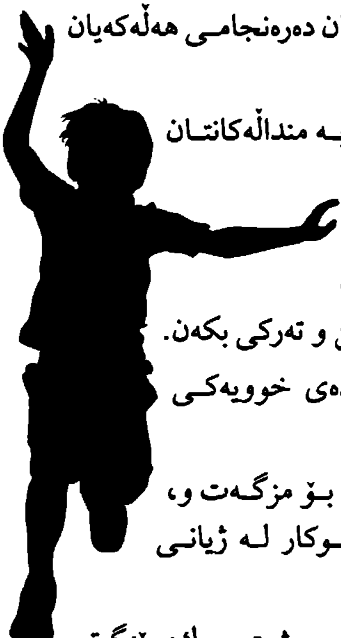
١٢- کەشـێکی مەعنـەوی لـە ماڵـدا بسـازێنن و پەرستشـەکان بەیەکـەوە بکـەن و، بەرنامـەی کتێـب خوێندنەوە دابنێن.

١٣- پێدامەگـرن لەسـەر ئـەوەی هەمـوو داوایەکتـان بەقسـە بکـەن.

١٤- ترستان نەبێت لە زۆر هاروهاجیی منداڵەکانتان.

١٥- کارەکانـی منداڵەکـە خـۆی بـە خـۆی بکـەن.

١٦- مەبنـە خێزانێکـی بەزەبروزەنـگ، بەڵکو



چاو لە هەندێك هەڵەیان بپۆشن، بەڵام بێگومان دەرەنجامی هەڵەکەیان بۆ ڕوون بکەنەوە.

١٧- بە هەڵسوکەوتەکانتان هەندێ پەیام بە منداڵەکانتان بگەیەنن، نەك هەر بە قسە.

١٨- ئەگەر هۆگرییەکی خراپی وەك جگەرەکێشان و، مەی خواردنەوەتان هەیە، لەبەر تەندروستیی منداڵەکانتان وازی لێبهێنن و تەرکی بکەن.

١٩- کەسێك مەبەنەماڵەوە کە ئالوودەی خوویەکی خراپ بوویێت.

٢٠- هەندێ بنەمای گرنگی وەك، چوون بۆ مزگەت و، سەردانی گۆڕستان و، سەردان کردنی کەسوکار لە ژیانی منداڵەکانتاندا بچێنن.

٢١- منداڵەکانتان فێری بنچینەکانی ڕێز و ڕەوشتی وەك: ڕێزگرتن لە گەورە و، خۆشویستنی بچووك و، ڕەوشتی نانخواردن و، ئادابی ناو ماڵ و، هاوڕێیەتی و، هاریکاری بکەن.

٢٢- چاوەڕێ بکەن منداڵەکەتان خۆی داوای لێبوردن بکات، نەك ئێوە بە زۆر پێی بکەن.

٢٣- هەرگیز بە منداڵەکەتان نەڵێن: «ئیتر باوکت نابم»، «من دایکی تۆ نابم».

٢٤- بواری گوزارشت لەخۆکردن بۆ منداڵەکەتان بڕەخسێنن، لە ڕێی شتانی وەك وێنە و هۆنراوە و چیرۆك و کاری دەستییەوە...

٢٥- هەمیشە منداڵەکەتان خۆشبوێت و، دەست بەسەریدا بهێنن و، بە «گوڵەکەم!» یان «تاقانە» بانگی بکەن و، پێی بڵێن کەسێکی زۆر بەنرخە، چونکە ئەم وتانە منداڵ زۆر دڵخۆش دەکەن و، وابەستەی دایك و باوکی دەکەن.

دایك و باوكێك كە خۆیان نموونەیی نەبن، ناتوانن منداڵی نموونەیش پەروەردە بكەن.

مەقبولە ئێرتوغروڵ



٢٦- بیرتان بێت هەر هەڵسوکەوتێکی ئەرێنیتان کاریگەریی لەسەر تەندروستیی ڕۆحیی منداڵەکەتان دەبێت.

٢٧- کاتێك منداڵەکەتان سەرکەوتوو نابێت لە بری تووڕەبوون و ڕەخنەگرتن پێی بڵێن: «دڵنیام کە ئەم جارەیان ئەم بابەتەت بەر چاو نەکەوتووە، بەڵام دڵنیام کە جاری داهاتوو ئەم هەڵەیە دووبارە ناکەیتەوە».

٢٨- ئێوەی دایك و باوك بە وریاییەوە لەگەڵ منداڵەکانتاندا بجوڵێنەوە، با ڕەفتارەکانتان هاوشێوە و گونجاو بن، نەکەن کەستان بە پێچەوانەی ڕەفتاری ئەوی دیکەتانەوە بجوڵێتەوە، قسەی یەکتریش بە درۆ مەخەنەوە.

٢٩- کاتێك منداڵەکەتان هەڵەیەك دەکات پێویستە سەرەتا بەهێوری ئاگاداری بکەنەوە لێی، هەردووکتان پێکەوە هەڵمەکوتنە سەری، بەڵکو با لە کاتێکی گونجاودا و بە شێوەیەکی گونجاو یەکێکتان وریای بکاتەوە.

> **باشترین دایك و باوك، ئەوانەن کە منداڵەکانیان بە منداڵ دەبینن و، خۆشیان دەبنە منداڵ بۆیان.**
>
> پرۆفیسۆر دکتۆر عوسمان چاکماك

٣٠- لە ڕووی منداڵەکەتاندا مەبنە دوو بەرەوە و، یەکێکتان دەستی بگرێت و یەکێکی دیکەتان وێڵی بکات، چونکە لەم کاتەدا منداڵەکەتان سەری لێ دەشێوێت و، ڕەنگە بەم هۆیەوە یەکێکتانی خۆشبووێت و، ئەو دیکەتانی خۆشنەوێت.

٣١- کاتێك منداڵەکەتان هەڵەیەك دەکات کارێکی باشە ئەگەر لەبری سزای ڕاستەوخۆ پێی بڵێن: «هەموو منداڵێك هەڵە دەکات».

٣٢- دەشێت منداڵێك کە هەڵەیەك دەکات بەهۆی ترسی دووبارەکردنەوەی هەڵەکەیەوە، تووشی دڵەڕاوکێ و ترسی زۆر ببێت، لەم کاتەدا بڕۆن بەلای منداڵەکەتانەوە و هێوری بکەنەوە و، هەوڵ بدەن تێی بگەیەنن کە شتێکی

هێندەش نائاسایی نەکردووە، هەموان هەڵە دەکەن، گرنگ ئەوەیە دووبارەی نەکاتەوە.



٣٣- بۆ ئەوەی منداڵەکان لە خۆیان و، لە داهاتوویان و، لەوەش کە ژیانێکی بەختەوەریان دەبێت دڵنیا بن، پێویستە متمانەیان بە گەورەکان هەبێت و بڕوا بکەن کە هەموو شتێك لە خێزانەکەیاندا بە شێوەیەکی گونجاو دەچێتە بەڕێوە.. بۆ ئەوەی ئەم هیوایەش بە منداڵەکانتان بدەن پێویستە هەوڵێکی زۆر بخەنە گەڕ.

٣٤- ژینگەیەکی گونجاو بڕەخسێنن بۆ ئەوەی منداڵەکان یاریی تێدا بکەن و، ئەو وزەیەی هەیانە بیخەنەگەڕ، چونکە کردنە سووچی ژوورەوە و، هەمیشە ڕێ لێگرتنیان، نەرێنیترین هەڵسوکەوتە کە بەرامبەریان بکرێت.

٣٥- دەرفەت بۆ منداڵەکانتان بڕەخسێنن، تا هەندێ کار بکەن، چونکە پاش ئەوە زیاتر متمانەیان بە خۆیان دەبێت، ڕەنگە گەر دەرفەتیشی بۆ بڕەخسێنن هەوڵی کارێك بدات کە سەرکەوتووانە نەبێت، بۆیە ئەوکات پێی بڵێن: «گرنگ ئەوە بوو تۆ هەوڵی خۆت دا، من لەم کارەت ڕازیم». کاتێکیش سەرکەوتوو دەبن لە کارەکانیاندا ستایشیان بکەن.

٣٦- هاوکاریان بن تا لەسەر خوێندنەوە و ڕێکخستنی کاتەکانیان ڕاهێن، هەروەها تادەتوانن ڕێی ڕاستیان نیشان بدەن.

٣٧- هەوڵ بدەن خۆشەویستیی نیشتیمان و، هەستی گرنگیی ماف و ڕاستی و، هەستی جیاکردنەوەی حەلاڵ و حەرام و، بەها ئاینییەکان لە ناخیاندا بروێنن، چونکە گەر ئەم هەستانەیان لا دروست نەبێت، ئەوکات بۆشاییەك لە دەروونی منداڵەکاندا پەیدا دەبێت.

٣٨- پێویستە دایك و باوك گرنگی بەوە بدەن ڕەفتار و وتەکانیان لەگەڵ منداڵەکەیان لەگەڵ یەك گونجاو بن، چونکە ئەگەر هەڵسوکەوت و قسەکانیان پێچەوانەی یەك بن، ئەوکات متمانەیان لای منداڵەکەیان کەم دەبێتەوە.

٣٩- زۆر وریای ئەوە بن لە نێوان منداڵەکانتاندا دادپەروەر بن و جیاوازی لە نێوانیاندا نەکەن، چونکە ئەو شتەی منداڵ ئەوپەڕی دڵگران دەکات ئەوەیە فەرامۆش بکرێت یان لە شتێکدا یەکێکی تری بەسەردا هەڵ بژێردرێت.

٤٠- زوو زوو ئەو قسانە بکەن کە منداڵەکەتان پێی خۆشە و بەوجۆرەش هەڵسوکەوتی لەگەڵ بکەن و، بە پێی توانا ئەو شتانەی بۆ بکڕن کە حەزی لێیانە، چونکە ئەمانە پەیوەندییەکی باش لە نێوانتاندا بەرهەم دێنن.

٤٢- هاوسەنگییەك لە نێوان زۆر توندڕەفتاری و فشار کردن و، زۆر شلگیریی و لێبووردەییدا ڕابگرن.

٤٣- وەکو دایك و باوك، جارجار ڕەفتارەکانتان لەگەڵ منداڵەکانتاندا هەڵبسەنگێنن و، بزانن چەندێك بەرهەمیان هەبووە، یان چەندێك زیانیان بە منداڵەکانتان گەیاندووە.

بۆ ئەوەی بزانن چەندێك لێهاتووییتان لە پەروەردەکردنی منداڵدا هەیە، لە هەڵسوکەوتی منداڵەکانتان بڕوانن، ئەگەر کارەکان بەشێوەیەکی گونجاو دەڕۆیشتن بەڕێوە، ئەوا نەکەن ئیدی پاڵی لێ بدەنەوە، بەڵکو دەست لەکارەکان بەرنەدەن تا بزانن بۆخۆیان بە کوێ دەگەن، ئەگەریش کارەکان بەباشی نەدەگوزەران ئەوا کەموکوڕییەکانتان دەستنیشان بکەن و، لە ماوەیەکی کەمدا هەوڵی چارەسەرکردنیان بدەن.

"وانەکانی دایکی ڕەحمەتیم، وەك تۆوێك دەبینم
لەناو زۆر لەو حەقیقەتە گەورانەی کە ئێستا لەم
تەمەنی هەشتا ساڵییەمدا دەرکیان پێ دەکەم".

بەدیعوززەمان

پێڕست

Adım Adım
Evlilik

لەم ساڵانەی دواییدا کتێبێکی زۆر دەربارەی (هاوسەرێتی) نووسراون، لەنێو ئەمانەشدا بوونی ئەو پەرتووکانەی کە خێزان بە دامەزراوەیەکی بنەڕەتیی کۆمەڵگە وەسف دەکەن بەرەوپێشچوونێکی دڵخۆشکەرەیە، چونکە چەند گرنگی بە خێزان بدرێت، هێندەش تاك و کۆمەڵ ئاسوودە و کامەران دەبن.

بابەتەکانی ئەم کتێبە بەشێواز و تێڕوانینێکی نوێ و کردەیی نووسراون. هەروەها گرنگییەکی تایبەت بەو بابەتانە دراوە کە پەیوەندییان بە پێویستییە گرنگەکانی ئەندامانی خێزان و گیروگرفتی ڕۆژانەیانەوە هەیە..

لە گرنگترین سەرباسەکانی ئەم پەرتووکەش:

- ئایا هەموو دۆستایەتییەکی نێوان کوڕ و کچ هاوسەرگیرییەکی خۆشبەختی لێ دەکەوێتەوە؟
- بنەماکانی هەڵبژاردنی هاوسەر.
- سوود و زیانەکانی هاوسەرگیریی نێوان خزمەکان.
- توندوتیژی لە خێزاندا چارەسەر نییە.
- شەڕی بووك و خەسوو و، ڕێگاکانی چارەسەری.
- زیاد لەیەك جار ژن هێنان لە چ کاتێکدا پەسەندە؟
- "ئازادیی سێکسی" کۆیلایەتییە؟

0-0313-0000-6

9 780031 300003

نرخی (٦٠٠٠) دینارە

ناوەندی ڕاگەیاندنی ئارا

ARA Media Center

www.aramediacenter.com

info@aramediacenter.com